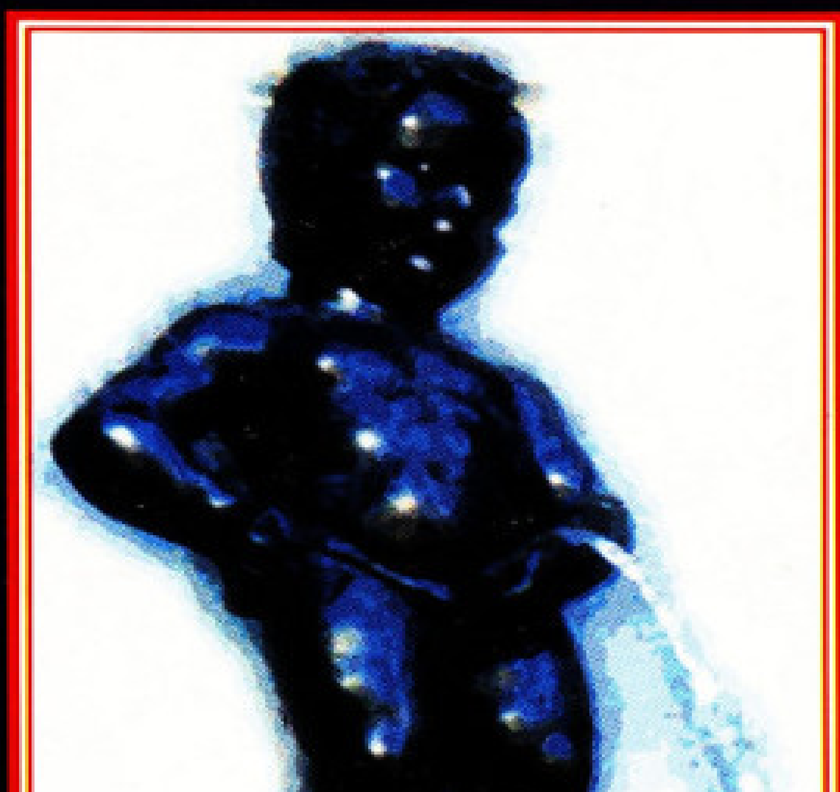
# Çişteki Mucize



Carmen Thomas

**Çişteki Mucize**

*Sağlık Dizisi*



**1. Baskı:**
*Haziran 1995*
*ISBN 975-325-015-0*

**Yazan:**
*Carmen THOMAS*

**Çeviren:**
*Leman ÇALIŞKAN*

**Yayın Yönetmeni:**
*Yalvaç URAL*

**Sorumlu Müdür:**
*Necati GÜNGÖR*

**Yayına Hazırlayan:**
*Mehmet CEMİL*

**Görsel Tasarım ve Kapak İllüstrasyon:**
*Ali Sina ÖZÜSTÜN*

**İç Düzenleme:**
*Hayriye KAYMAZ*

**Düzelti:**
*Tekin ERGUN*

**Dizgi:**
*Zuhal DÜLGER*

**Basıldığı Yer:**
*Doğan Yayın Holding A.Ş.*
*Doğan Medya Center, Bağcılar 34554-İSTANBUL*
*Tel.: 0.212.505 61 11, Fax.: 0.212.505 61 31*

# Carmen Thomas

# Çişteki Mucize

**Çeviren:**
Leman Çalışkan

# ÖNSÖZ

*Dikkat! Bayer, BASF, Böhringer, Henkel, sizi uyarıyorum! Eğer ülkemizde herkes bu kitabı okur ve halkın Önerdiği şeyleri yaparsa, mali bir krize girersiniz ve ben -mektupları yazan dinleyicilerim adına- Sağlık Bakanlığı'nın vereceği nişanı hakederim, çünkü bu kitabın içeriği öylesine devrimci bir değer taşıyor.*

*Fakat korkmayın, hemen cephe almanıza gerek yok. Birincisi, bu kitabı herkes okumayacak; ikincisi, yıllar öncesinden gelen tiksinti ilaç fabrikalarının ekmeğine yağ sürmeye devam edecek. Zaten insanlar tarım ilaçlarından çok, pazardaki domateslere bulaşan sümükten korkuyorlar. Üçüncüsü: Taze idrar ile birkaç kere gargara yapmakla boğaz ağrılarının geçeceğine, iki yıl boyunca yapılan tedaviye karşı direnen sivilcenin on günde tamamen iyileşeceğine, idrarla ovunca artrozun hafiflediğine, günde birkaç tamponla yaranın derhal kapanacağına, pencere camlarını hiçbir şeyin idrar kadar iyi parlatmayacağına, on gün bekletilmiş idrarın saçlara şampuan gibi yumuşaklık vereceğine, idrarla sulanmış salatalıkların daha çabuk büyüyeceğine kim kolayca inanır.*

*Haklısınız. Bu tür bilgiler, bazı ucuz dergilerin başlıklarını çağrıştırıyor. Ben de önce aynen böyle düşündüm.*

*Ya siz sevgili okurlar, bu tür haberler karşısında siz ne düşünüyorsunuz? Size de hemen tiksinti mi geliyor? Yoksa siz de, insanın sadece çiş yapmakla kalmadığını duydunuz mu? Belki askerlerin ayakları su toplayınca, potinlerinin içine çiş yaptıklarını duymuşsunuzdur? Veya ananızdan babanızdan yaraların idrarla tedavi edildiğini? Doğru söyleyin: Bunları duyunca ne dediniz? Batıl inanç saçmalıkları mı? Yoksa denize düşen yılana sarılır mı, dediniz? Ben şimdi size benim başıma gelenleri anlatayım.*

*Önce şaşırdım, arkasından iğrendim, sonra eğlendim, en sonunda hayran kaldım ve artık eskiye oranla çok daha rahatım.*

*İşte benim idrar karşısında hissettiklerim. Ben şimdi sizin de benzer bir deneyim yaşamanız; kendinizden ve vücudunuzdan, hakettiği bir nebze saygıyı esirgememeniz için, sizi bu on yıllık çalışmanın içine çekmek istiyorum. Kitabın sonunda, benim yalnız idrar konusuna ayrılmış iki saat kırk dakikalık radyo programını yapmaya karar verişimin karmaşık öyküsünü bulacaksınız: Anne sütü, "büyücü kadınlar", meme iltihabı, yıkanmaması gereken kundak bezleri, ipekli yünlü kazaklar derken, "özel sıvı" idrara kadar uzandım. Bu başlığı taşıyacak olan programın ön araştırmaları, elde edilen bilgiler -konuya karşı hemen öne çıkan nefret dahil- beni kendine çekti.*

*Tıp tarihindeki ilginç bilgileri Prof. Schadewaldt sizler için yazdı. Rupperrath bei Bad Münstereifeld'deki El Dokumacılığı Müzesi'nin kurucusu ve tekstil uzmanı, yurt araştırmacısı Robert A. Esser dokumacılıktaki işlemleri anlattı. Konumuzla ilgili ele geçirdiğimiz üç kitaptan alınan önemli bilgileri, yayının kendisini ve ilk anda uyanan ve hâlâ devam eden tepkilere dair ifadeleri ilerdeki bölümlerde bulacaksınız.*

*Basılmış az sayıda eser var. Belki bu yayından sonra sayıları artar. Konu için iyi olur. Ama bu noktaya daha sonra geleceğiz.*

*Bunun biçimsel bir kitap olmadığı ortada. Daha ziyade bir radyo programını ve onun dinleyicilerini anlatıyor. Sizler okur olarak, burada toplanan bilgileri nasıl doğru bulursanız, öyle yorumlamakta özgürsünüz. Şaşırabilirsiniz de, tiksinebilirsiniz de, meraklanabilirsiniz de, saygı duyup yatışabilirsiniz de. Bu da bir şeydir.*

*İdrardan yararlanma konusunda benim asıl inancım, doğada hiçbir zaman süprüntü (atılacak şey) üretilmediğidir. Her şey bir dolaşım içinde geçer: Doğum-ölüm; mevsimler; yağmur olarak inen su yer üstünde toplanır, buharlaşır, tekrar yağmur olur. Beslenme zinciri: biri, ötekini yer; ağacın yaprağı düşer, kurur humus olur (biz süpürüp atmazsak) yeni yaprakları besler. Bizim idrar da böyle oluyor demek: Mesanemiz de bir çeşit "ev eczanesi".*

*İnsanın kendi idrarı, tıpkı aşı gibi, cilde sürülerek, gargara yapılarak tekrar vücuda döndürülürse bir çeşit bağışıklığa ve sağlığa zemin hazırlıyor.*

*Difteri ve anjin gibi hastalıklarda elde edilen başarılar idrarın sadece steril bir tuzlu su olduğu iddia edilerek yeterince açıklanamaz.*

*Sevgili okurlar, siz hâlâ kuşkulu iseniz ve öyle kalmak istiyorsanız, bu kitaba, yüzbinlerce yıl boyunca halkların -bizim şimdiki ilaç endüstrimize sahip olmadıkları zamanlarda- başlarının çaresine nasıl baktıklarını anlatan bir belge gözü ile bakın.*

*Belki birisi bu konuyu bilimsel açıdan, bir daha ele alır ve Hindistan Başbakanı 96 yaşındaki Dasai'nin yaptığı gibi, her sabah kendi idrarından bir bardak içen Hintlilerin, böylece ne kazandıklarını ciddi olarak araştırır. Kuşkusuz insan onun ve diğerlerinin böyle yaparak bu yaşa nasıl gelmiş olduklarını merak ediyor. Onu taklit etmek gerekmese de, insanı düşündürüyor; acaba biz neden her gün her şeyden fazla haşır-neşir olduğumuz vücut salgımızı iğrenç ve daima pis görüyor ve onun özel temizliğiyle, yani steril oluşuyla bir bağlantı kurmuyoruz.*

*Köln'deki "Ebeveynler İçin Danışma Merkezi"nde çalışan ebe Monika Plonka ile doğuma hazırlayan uzman Hannelore Ruppert'e, halk ilaçlarına duydukları saygı dolayısı ile, bu konuyu süzgeçten geçirmeme yardım ettikleri için özellikle çok teşekkür etmek isterim.*

*Ayrıca baştan beri açık ve ilgili tutumları ile, tıp tarihindeki belgeleri ciddiyetle karşılamakta bana cesaret veren Prof. Dr. Hans Schadewaldt'a ve Robert Esser'e de teşekkür ederim. Anneget Oelschlagel-Rumpf'a, başka birçok yazımda olduğu gibi, bu kitabı yazmam konusunda da son gayreti kazandırdığı için teşekkür etmek isterim. İçten ilgileri ile beni bu kadar zaman izleyen ve destekleyen, birlikte çalıştığım kadın ve erkek meslektaşlarıma da teşekkür etmek istiyorum.*

*Fakat en büyük teşekkürüm halkımıza: Hafızalarını yoklayarak bana yazmak zahmetine katlananlara, başlarından geçenleri korkmadan nakledenlere, bana yazıp bildiren herkese çok teşekkürler.*

*Bu kitabın yayını yeni bir dalga yaratır ve olası bir yeni baskıda, yeni mektuplara yer verilirse çok sevinirim. Çünkü gelmeye devam eden bilgiler gerçekten çok değerli. Kendi idrarından fayda görmediğini yazanların sayısının az olması beni kuşkulandırdı. Bunu da merakla bekliyorum.*

*Bu kitabı kronolojik olarak okuyabilirsiniz. Çünkü "yaşanmış olayların öyküsü" biçiminde yazılmıştır. Bir başvuru eseri gibi de yararlanılabilir. 70. sayfadan başlayan dinleyici mektupları, çeşitli kullanım olanaklarını göstermektedir. Okurken sizlere iyi eğlenceler dilerim.*

*Roikir. Ağustos 1992*

***Carmen Thomas***

# Ön Bilgiler

## Ürolojinin Kısa Tarihi

Eski Mısıra ait en eski Papirüs rulolarında bile idrarın yapısı, idrar bozukluklarının düzeltilmesi ve kan işemenin tedavisi ile ilgili öğretilere rastlanmaktadır. Bilginler 4000 mumya üzerinde yaptıkları araştırmalarda böbrek ve mesane taşları ile idrar yolları darlıkları tespit etmişlerdir. İdrardaki anormallikler doktorların devamlı uğraştıkları bir konudur. İranlılar çok eski devirlerde katater uygulamışlardı. Fakat anatomik bilgilerden yoksun oldukları için, idrar yollarında onarılmaz yaralara, kanamalara, fistüllere ve ölüme yol açmışlardı. İlk olarak ünlü hekim Hipokrat böbrek ve mesane hastalıkları konusunu biraz aydınlattı. Böbreğin suyu süzdüğünü öğrenmişti, fakat tedavi konusunda bir çare bilmiyordu. İlk defa İsa'dan sonra 4. yüzyılda çinko ve kurşundan yapılmış katater kullanıldı. 11. yüzyılda Cordoba'da Albucasis idrar yollarına katater uygulamasını geliştirme, mesaneyi yıkama ve makat yolundan şak yaparak taşları bulma çalışmalarına ağırlık verdi. 12. yüzyılda Salerno'da yaşayan Gilles de Corbeil'e göre bütün hastalıkların teşhisi nabız ve idrara dayanıyordu.

İdrarın görünüşü ortaçağda gittikçe önem kazandı. Horozların ötmesi ile birlikte, idrar bir oturak veya kap içinde toplanıyordu. Hastalar bunu güneşten koruyarak, serin bir yerde saklıyorlar ve ardından söğüt dallarından örülmüş sepetler içinde, ortaçağ doktorları olan idrar yorumcularına götürüyorlardı. O çağlara ait resimlerin hemen hepsinde, aynı zamanda tıbbın bir sembolü sayılan, idrar kavanozu mutlaka bulunur. İdrar taze haldeyken kontrol edilir ve aradan iki saat geçince bu kontrol tekrarlanırdı. İdrarın kontrolünde ağırlığına, rengine, kokusuna, tadına ve tortusuna dikkat edilirdi. Bu bulgular not edilir ve hastanın yaşı, cinsiyeti ruh ve beden yapısı ile bağdaştırılırdı.

Doktorların cesetler üzerinde araştırma yapmalarına ancak Rönesans döneminde izin verildi. Böylece ilk anatomik bilgiler ortaya çıktı. Böbreklerin bir süzgeç gibi, kanın içinden idrarı süzdüğü öğrenildi.

Doktorları en çok erkeklerdeki mesane taşları ilgilendiriyordu. 16. yüzyılla 18. yüzyıl arasında "küçük taş ameliyatları" geliştirildi. Makattan giren parmak yoklaması ile taş bulunuyor ve sonra yandan veya çapraz bir şakla taş dışarı alınıyordu. Bunun dışında bazı cerrahlar "büyük taş ameliyatları"na da cesaret ediyorlardı. Bunun için genişletici bir alet idrar borusuna sokuluyor mesane ağzı açık tutuluyor taş yakalanıp bütün halde veya parçalanarak dışarı alınıyordu. 17. yüzyılda pek çok zavallı insan mesane taşı yüzünden acı çekiyordu. Taş hastalarının hemen yarısından çoğu ameliyat sonrası ölüp gittiği için, hastalarına kaplıca ve içmeleri öneren doktorlar ameliyattan kurtulmayı uman insanların hücumuna uğruyorlardı.

Ancak 19. yüzyılda çelikten daha ince aletler yapıldı. Kataterle birlikte ilk kepçecikler geliştirildi ve mesane taşlarının parçalanmasından sonra parçacıkları emerek çekecek bir alet yapıldı. Aletlerin nasıl mikroptan arındırılacağının öğrenilmesi ve kloroformun bulunması tıpta büyük ilerlemelere yol açtı. 1890'dan beri lastik eldivenler kullanılır oldu ve ameliyat sonrasındaki ölüm vakaları bir hayli azaldı. 1882'de Robert Koch tüberküloz basilini buldu ve basilin idrar içinde tespiti öğrenildi. Fakat böbrek ameliyatları pek başarılı olmuyordu. Hastalar enfeksiyondan ölüyordu. İlk endoskopiler ile (mesane aynası) mesane taşlarının büyüklüğünü ve meme tümörlerini teşhis etmek mümkün oldu.

Üroloji en büyük ilerlemeyi 20. yüzyılda yaptı. Radyolojinin gelişmesi ve yeni ayıraçların bulunması sayesinde idrar yolları hastalıklarının tam teşhis mümkün oldu. Bugün mesane ve cinsel organ bölgesindeki tümörlerin teşhisinde bilgisayarlı tomografi kullanılıyor, ayrıca endoskopi ve ses dalgalarında da ilerleme kaydedildi: İdrar akışını kontrol altına alan mesane ayarlayıcılar vücut içine yerleştirilebiliyor. Böbrek ameliyatlarında artık dikiş kullanılmıyor, yaralar jelatin ve resorzin (antiseptik bir fenol) gibi biyolojik yapıştırıcılarla kapatılıyor. Organ nakilleri içinde en başarılı olanı böbrek nakli. Takriben 30 yıldan beri ürologlar idrar kesesini bir ince bağırsak parçası yardımı ile genişletiyor veya yapay olarak oluşturabiliyorlar. Hatta 1972'den bu yana, hiçbir iltihaba meydan vermeden silikon kauçuktan plastik idrar yolları ve mesane bile yapılabiliyor.

*1747 yılının "Büyük Mükemmel Dünya Lugati"nden: Johann Heinrick Zedler'in İdrar hakkında yazdıkları:*

*Hayvanların da, insanların da idrarında faydalı bazı şeyler vardır. Almanya'da elde edilen güherçile, özellikle insanlarla hayvanların sıkça idrar bıraktıkları yerlerde görülüyor. (Herhalde eski evlerin çevresini bu yüzden duvar gibi ısırgan otları sarardı) insan idrarı birçok alanda tedavi edici ve güçlendirci özellikleri ile kullanılır.*

1. *Örneğin saç dökülmesine karşı: Patates unu ile kükürt tozu bekletilmiş idrar ile kararınca karıştırılır. Bu karışım, merhem gibi başa sürütürse, saç dökülmesi önlenir. (Buna bir dana safrası da eklenebilir.)*

2. *Yüzdeki koyu renkli lekelere karşı: Oğlan çocuk idrarından Bir parça tentür alınır ve nişadır ile karıştırılır.*

3. *Başlangıç halindeki katarakt, defne yaprağı tozu, arap zamkı ve sıcak çocuk idrarı ile hazırlanan bir merhemle önlenir.*

4. *Gözlerdeki yaralanmalar en iyi, hafif kaynayan çocuk idrarı içinde bal eritilerek elde edilen sıvı ile sık sık göz banyosu yapılarak iyileştirilir.* Gözler, *Bu sıvıyla istendiği kadar sık yıkanabilir.*

5. *Kulak, iltihabında, çocuk idrarı henüz sıcakken kulağa akıtılırsa, nemli ve cerahatli noktaları kurutur.*

6. *Kulağa böcek ve saire gibi şeyler kaçarsa, yaşlı insan idrarına soğan suyu ve asop (bir şifalı bitki) iyice karıştırılır ve kulağa dökülür.*

7. *Boğaz iltihabına karşı, zor olmasına rağmen, içine bir tutam safran katılmış insan idrarı ile gargara yapmak iyi gelir.*

8. *Ellerin ve dizlerin titremesinde, insanın idrarını yapar yapmaz, el ve dizlerini bununla ovması ve yıkaması faydalıdır.*

9. *Vücutta su toplanmaya başlarsa insan uzunca bir zaman sabah aç karnına kendi ilk idrarından biraz içmelidir. Bunun sarılıkta da yararı*

*olur.*

10. *Bir kadında ay hali bozukluğu varsa, dövülmüş sarmısakla karıştırılmış oğlan çocuk idrarı sıcak olarak oturağa konur ve üzerine oturularak buhar banyosu yaptırılır.*

11. *Makatta veya başka mahrem yerlerde çıkan sivilce türünden şeyleri, düz bir taş parçası iyice kızdırılıp üzerine çocuk çişi dökülerek elde edilen sıvı ile yıkamalıdır.*

12. *Kadınların cinsel organlarındaki yanma ve kaşıntıları, sıcak idrar ile yıkamak faydalıdır.*

13. *Birinin ayağına yabancı bir cisim batarsa, ayak uzun süre idrar içinde tutulmalıdır. Böylece cisim kolayca çıkar.*

14. *Veba salgını sırasında insan her gün bir parça kendi idrarından içerse vücudun direnci artar.*

15. *Arı sokmasına karşı hemen idrarla ıslatmak birebir gelir.*

16. *Her gün gözünü taze sıcak idrarla yıkayan insan, ihtiyar halinde bile parlak ve keskin gözlere sahip olur.*

17. *Bir yeri yara olan sığırın yarası insan idrarı ile yıkanabilir, yara, daha sonra zift ve domuz yağından bir karışımla sıvanmalıdır.*

18. *Sırt, böğür ve taş ağrılarına erkek keçi idrarı iyi gelir. Sabah erkenden hayvanın ağzı sıkıca tutulur, o korkusundan çiş yapar, bu toplanır ve bekletilir. Sonra distile edilir. Elde edilen tuz, biraz su ile kaynatılır ve her sabah 20-25 damla içilir.*

## Batıl İnançlar Sözlüğü

Latince'deki idrar kelimesinin karşılığı olan *urina,* Almanca'daki *Harn* sözcüğünün etkisiyle cins değiştirmiştir. *Harn* sözcüğü, eski kuzey dillerindeki *skarn'dan* gelmedir ve "dökmek" gibi bir anlamı vardır. İdrarın

ruh veya can içerdiği inancı çok eskidir. Efsanelerde cadıların idrarından kuyruksuz fareler çıktığı anlatılır. Hırsız, bulunduğu yere çiş yaparsa, izlenmekten kurtulur. İdrarına ay ışığı düşen insan uyurgezer olur.

Bir loğusanın sütü ile bir hastanın idrarı karıştırılarak ölüm kehanetinde bulunulması da çok eski bir âdettir. Eğer süt idrarın içinde dibe çökerse hasta ölecektir. Ortada kalırsa hastalık ağır seyredecektir. Bu deneme eski Mısır'da olduğu gibi, Hipokrat zamanında da vardı.

Isırgan otu ile de aynı tür bir deneme yapılır. Hastanın idrarına taze bir ısırgan otu bırakılır. Ot hemen solar ve renk değiştirirse hasta ölecek demektir, yeşil rengini korursa hasta iyileşecektir. Bir kadının kısır olup olmadığı da şöyle denetlenir: Kadın taze kavak yapraklan üzerine çişini yapar. Üç gün sonra yapraklar hâlâ yeşilse kadın kısır değil demektir.

Büyücülükte İdrar

Bu konuda da geçmişten günümüze pek çok rivayet gelmiştir.

1. *Şeytan cadıyı idrarla vaftiz eder.*
2. *Çiş yapılarak cadılar kovulur.*
3. *Gebeliği önlemek isteyen, bir bakirenin idrarını içmelidir.*
4. *Gebe kadınlar keten tarlasına işememelidir, yoksa ot bitmez.*
5. *Ormancılar çam keserken çiş yaparlarsa ağaç kurtlanır.*
6. *İki erkek aynı anda çaprazlama çiş yaparsa, başka birinin uykusunu kaçırırlar.*
7. *Suya işemek, göğe hakarettir, çünkü gök suya yansır.*
8. *Erkeklik gücünü yeniden kazanmak isteyen koca, nikah yüzüğünün ortasından işemelidir.*

# Tarihte İdrarın Kullanımı

1. *Antik Yunan ve Roma devrinde bir çelik parçası ateşte kızdırılarak yeniden biçimlendirilirdi. Demirciler, M.Ö. 1200 yıllarından beri böyle çalışıyorlardı. Kızdırılmış çeliği, söz gelimi bir kılıcı, sertleştirmek için üzerine soğuk su, keçi kanı veya idrar dökerlerdi.*

2. *Eski Romalılar yünlerini temizlemek için idrar kullanırlardı. İrlandalıların da yün atkılarını idrara batırdıkları bilinir. Yünlü eşyanın rengini koruması için idrara batırıldığı bir gerçektir. Bu yöntem Orta Amerika Kızılderilileri ve Afganistan halkı tarafından da biliniyordu.*

3. *Sibirya'da deriler idrara batırılarak dayanıklı kılınıyordu. Kızılderililer manda derilerini, yumuşatmak için idrara yatırıyorlardı. Eskimolar idrarlarını toplar, bununla postları tabaklarlardı. Postlar böylece esneklik kazanırdı, kılları da daha kolay yolunabilirdi. Bu işlemlerin Avrupa'da da bilindiği anlaşılıyor.*

4. *Bir kızılderili kabilesi olan Çinukların sevdiği "Çinuk-Zeytini" diye bilinen bir gıda maddesi vardır. Beş ay boyunca insan idrarında bırakılmış bir palamut çeşididir. Bu süre içinde tümü mayalanır ve insana bir çeşit hoş sarhoşluk verir.*

5. *Romalı yazarlar, barbarların sünnetli çocuk çişini kısırlığı önlemek için kadınlara içirdiklerini yazarlar.*

6. *Kutsal inekleri ile ünlü Hinduların, takdis olmak için ineklerin idrarını içtikleri bilinir. Himalayalarda inek idrarı dini törenlerde kullanılır. Günahlardan en iyi idrar sayesinde arınıldığına inanılır. İranlılar da temizlik konusunda benzer uygulamalardan yararlanıyorlardı.*

7. *Müslümanlarda ise vücuttan atılan şeyler tamamen pis sayılır. Elbisesine bir damla çiş sıçrayan müslüman bununla namaz kılmaktansa, çıplak ibadet etmeyi yeğler.*

8. *Sibirya'da kadınlar sıklıkla kendi idrarlarını veya komşularındakini içerler. Burada da idrar alkolle karıştırılıp, içki olarak sarhoş olmak*

*için içilir. Sarhoşların idrarları da alkole doymuş vaziyette olduğundan tekrar içilir.*

9. *Bira mayası bulunmadan önce Avrupa'da fırıncılar mayalanması için hamura idrar katarlardı.*

10. *Amerika'da tütün yaprakları iyice tat alsın diye abdesthanelere asılır, ayrıca özel olarak kadın idrarında bekletilerek yumuşatılırdı. Mısır'da sigara tütünleri kadın idrarına yatırılarak yumuşatılır, ama erkek idrarı keskin olduğu için uygun bulunmazdı.*

11. *Yüzyılın başında Berlin'de bir peynir tüccarı, peynire lezzet vermek amacıyla genç kızların idrarlarını kullandığı için cezalandırılmıştı. İsviçrelilerin de peynirin çabuk mayalanması için idrar kullandıkları söylenir.*

12. *Balkan köylüleri peynir hammaddesini erkek çocuk idrarına yatırıyorlardı. Böylelikle kurtlandırılan bu madde lor peyniriyle beraber ezilince, son derece lezzetli, baharatlı bir peynir elde ediliyordu.*

13. *Chysocollum adı verilen bir maddeyi elde etmek için çocuk idrarı bakır bir leğen içinde iyice karıştırılıp, bal kıvamında bir tortu kalana dek güneşte kurumaya bırakılırdı. Bu da bazı hastalıkların tedavisinde ve altın yapıştırmakta kullanılıyordu.*

14. *Çeşitli hayvanların idrarları da ilaç yerine kullanılıyordu. Sırtlan idrarı müzminleşmiş ağrılara, vaşak idrarı göğüs ağrısına, erkek keçininki ise yılan zehirine karşı iyi geliyordu.*

15. *Çocuk idrarı da yılan sokmasına karşı kullanılırdı. Ayrıca göz hastalıklarında, yanıklarda, kulak akıntılarında idrar şifalı sayılırdı. Tüm deri hastalıklarında, iltihaplarda, çıban ve cerahatlarda kişinin kendi idrarı özellikle faydalı görülürdü.*

16. *Güney denizinde yerli halk, kömür tozu ile idrardan oluşan bir karışımı dövme yapmak üzere kullanılırdı.*

17. *Eskimolarda idrar, saç temizliği için en çok tercih edilen maddeydi.*

J.G. Bourke, bütün eski kavimlerde insan ve hayvan idrarının büyük bir ekonomik değeri olduğunu saptadı. İdrar, tüm dünyada bildiğimiz ilk sabun işlevini görmüş olmalıdır. 1917 yılında bile, Fransa ve İngiltere'de kadınların ellerini idrarla yıkamak sureti ile yumuşattıkları görüşü yaygındı. Eski bir Afrika âdetine göre süt fıçıları idrarla yıkanırdı. Sibirya'da da halkın mutfak kaplarını idrarla yıkadığını Bourke anlatıyor. Kaliforniya'da kızılderili kadınlar, sert havalardan korumak üzere çocuklarını kömür tozu ve idrarla karıştırdıkları bir madde ile ovarlardı. İzlandalılar ellerini ve yüzlerini idrarla yıkarlardı. Bunlar Alaska'da ve başka kavimlerde de bilinen uygulamalardır. Hepsi de idrarın sabun yerine geçtiğini biliyorlardı.

Bu konuda Sibiryalıların da şöyle bir alışkanlıkları olduğu anlatılır: "Yemeklerden sonra, ihtiyacı olanlara, küçük birer kâse verilirmiş. Bu kâselerde toplanan idrarlarla evin hanımı yemek masalarını siler, bıçaklarını yıkarmış."

Eskiden İspanya'da da insanların idrarla yıkandıkları anlatılır; hatta bu âdet yüzyılın başına kadar devam etmiş. Ayrıca sağlıklı olduğu inancı ile ağız ve dişlerin de idrarla çalkalandığı belirtiliyor. Bu yöntem Mısır'da da biliniyordu. Ortaçağda bir Alman eczacı, kum ve idrar karışımı bir mahlut ile ağız ve diş temizliği yapılmasını bile önermişti.

1. *Macarlar ve Slovaklar çocuklarını annenin idrarı ile yıkarlardı.*

2. *Balina avcıları seferdeyken gömleklerini idrarla yıkarlardı.*

3. *İrlanda, Almanya ve İskandinavya'da çamaşırcı kadınlar yünlü giysileri yıkarken suyun içine, yumuşatıcı olarak, idrar katarlardı. Geçen yüzyıla kadar ünlü İngiliz tüvit kumaşı, yün keçeleşmesin diye özellikle insan idrarı kullanılarak hazırlanırdı.*

4. *Kuzey Afrika ülkeleri ve Afganistan'da, halılar renkleri daha parlak olsun diye hâlâ deve idrarı ile yıkanmaktadır.*

*(J. G. Bourke: Halkların Gelenek, Görenek, İnanç ve Alışkanlıklarında Bedensel Atıkların Yeri, Leipzing 1913)*

# Tıptaki Bilgiler

Haydi, en baştan başlayalım: İdrar ya da sidik nereden gelir? Vücutta nasıl dolaşır? Nasıl oluşur? Hangi renklerde görülebilir? Bize hangi hastalığı belli eder? Hangi önemli bilgileri tuvaletlerimizde bırakıp gidiyoruz?

Temel bir fikir edinmeniz amacıyla ön bilgilerimizden kısa özetler sunalım:

# İdrar Nasıl Oluşur?

Kanın böbreklerde süzülmesi ile idrar oluşur. Burada organdan dışarı bir sıvı atılır, bu idrar veya sidiktir. İçinde madeni tuzlar ve protein bulunan bir sıvıdır bu. İdrar önce böbreğin içindeki havuzcuklarda toplanır. Oradan idrar yolu ile mesaneye gelir ve orada birikir.

# Mesane

Mesane içi boş bir adaledir. Kasılarak içindekini idrar yoluna boşaltır. 200-400 mililitreye kadar idrar hissine dayanıklıdır. Eğer mesane ağzı zarar görmüşse, örneğin rahim sarkması ile üzerinde baskı varsa, irade dışı idrar boşalması olur. Mesane'nin kasılıp gevşemesi iradeye bağlı değildir. Yetişkin bir insanın mesanesi günde -içtiği suya bağlı olarak- 1000-2000 mililitre sıvı boşaltır.

Mesane Hastalıkları

Mesanede en sık rastlanan hastalık mesane iltihabıdır. Buna idrar yoluna sokulan bakteriler sebep olur. Kadınlarda idrar yolu iki-dört santim kadar daha kısa olduğu için, onlarda daha çok iltihaba rastlanır. Erkeklerde mesane iltihabı az görülür. Buna karşılık erkekler iltihaplı bir akıntıyla ortaya çıkan idrar yolu tıkanıklığından rahatsızlık duyarlar. Bol su içenler, aşağı idrar yollarının yıkanmasını ve kendini onarma işleminin desteklenmesini sağladıkları için iyi korunmuş olurlar.

Bu çok önemli organ kum, mesane taşı, iyi huylu polipler veya mesane kanseri gibi hastalıklardan da etkilenir.

# İdrar Nedir?

Ölü hücrelerin atılması, aynca et ve balık gibi, yenilen gıda maddeleri, tüm vücutta ürikasit oluşumuna neden olur. Ürikasit özellikle karaciğerde oluşur, insan, az et yediği zaman günde bir grama kadar, çok et yediği zaman iki gram dolayında ürikasiti vücudundan dışarı atar. İnsan kanında 100 mililitrede 2,3 veya 9,1 miligram ürikasit vardır -erkeklerde kadınlara oranla biraz daha fazladır. Ürikasit kristalleri mafsallara yerleşirse gut hastalığına yol açılır.

İdrar içindeki katı maddelere, yani idrar çökeltisine idrar sedimenti denir. Bunun içinde bakteriler, ürikasit kristalleri, kalsiyum karbonat, amonyak, fosfatkalsiyum fosfat, sülfirik asit ve aminoasit. İdrarda ayrıca enzimler, C vitamini ve böbrek içinde kimyasal dönüşüm sonucu oluşan, yüze yakın atık bulunur. Sedimentin tam bir tahlili ile idrar yolları hastalıklarının teşhisi ve başka organlardaki hastalıkların tespiti mümkündür: Aminoasitleri (leucin ve tyrosin) karaciğer hastalığına işarettir; amonyak mesane iltihabının habercisidir.

İdrar doymuş bir sıvıdır. Kimyasal dengesi bozulacak olursa bir veya birden fazla maddenin eksikliği taş oluşumlarına yol açar.

Protein dönüşümünün son ürünü olan üre -beslenmeye bağlı olarak- 30 gramlık miktarlarda her gün vücuttan dışarı atılır.

Normal idrar, safradaki boya maddeleri yüzünden berrak ve sarımsı renktedir. Bakteriler, irin veya diğer organik tortular, idrarın bulanık olmasına yol açar. Sağlıklı bir idrarda protein ve şeker bulunmaz. Ateş, idrar yolu iltihapları ve kan şekerinin yükselmesi sonucu idrara karışan şeker nedeniyle idrarla birlikte protein de atılabilir.

İdrar zehirlenmesi, böbreklerin çalışmaması sonucu olur, yani metabolizma bozukluğu sonucu, oluşan atıkların hepsi vücuttan atılmaz. Belirtileri yorgunluk, susuzluk, çalışma isteksizliği ve giderek cildin kirli-gri-sarı bir

renk almasıdır. Cilt kuru ve döküntülüdür. Başağrısı, mide bulantısı, kusma ve bezdiren bir hıçkırık başlar. Üstelik hasta çevresine idrar kokusu yayar. Sonunda hasta kendini kaybeder ve üre koması denilen durum görülür.

Böbreğin idrar üretmesine yardımcı olarak bilinen idrar söktürücü maddeler, örneğin kafein, bazı bitki kökleri ve sülfanomit bileşikleri, suyun vücutta depolanmasını engeller ve ödemi önlerler. Böylece tansiyon düşer. Buna karşılık vücuttaki su miktarının artması vücutta potasyum eksikliğine sebep olabilir.

İdrar bir kenarda bekletilirse, hafifçe bulanıklaşır ve böylece nebekula belirginleşir. Bu, idrar mukozası denen, örümcek ağı gibi iplikleşmiş bir bulutu andırır. İnsandan alınan taze idrar hafifçe parlar. Sulu idrar hafif mavimtrak, koyu idrarsa sarı-yeşil renktedir. Normal bir insanın idrarı, tıpkı et suyu gibi kokar, bu koku, idrar buharlaştırıldığı zaman daha iyi fark edilir. Ancak hava ile temas ederek okside olduktan sonra yakıcı bir özellik kazanır ve amonyak kokusu belirgin hale gelir. Terebentin solumuş bir insanın idrarı menekşe gibi kokar. Kuşkonmaz yemiş olan bir insanın idrarı, hemen herkesçe bilinen bir madde olan metilmerkaptan içerir ve bu idrarda belli olur. Kediotu ve pırasa da idrarda kendi kokularını belli ederler.

İdrarın tadı hafif tuzlu ve ekşidir. Sadece şeker hastalarının idrarı tatlı olur.

İdrarın yüzey gerilimi sudan daha zayıftır. Donma noktası -bileşimine göre- -0,3 le, -2,7 derecededir. Asit oranı PH 7 (normal), pH5 (asitli) arasındadır.

İdrarda aşağıdaki inorganik maddeler bulunur: Asit tuzları, potasyum nitrat, sülfirik asit, asit fosforik, karbonik asit, asit silisik, asit fluorik, potasyum, amonyum, kalsiyum, magnezyum, demir, sodyum. İdrarda ayrıca azot ve oksijen gazları da vardır.

Organik madde olarak: üre, karınca asidi, proprion, yağ asidi, oksalik asit, allantoin, histidin, karbaminasit, ürikasit, adenin ve kreatin bulunur.

Yetişkin bir insanın idrarında 24 saat içinde 35 gramı organik, 25 gramıysa inorganik madde olmak üzere 60 gramlık çözülgü birikir. İdrar içindeki azot ve oksijen oranı 1.5'tir. Vücuttan ortalama 1-5 gram fosforik asit idrar

yoluyla atılır. İdrarda bulunan nitratlar gıdalardan veya içme suyundan kaynaklanır.

İdrarın içinde renk maddeleri ve kromojen de vardır. Başlıca renk maddesi urokrom'dur ve idrara sarı rengini verir. Bu azot içeren sarı bir tozdur, suda ve sulu alkol içinde çabuk erir. Tam olarak vücudun neresinde oluştuğu hâlâ bilinmemektedir.

Hayvan İdrarı

Sürüngenler ve kuşlar gibi, az su içen hayvanların, idrarları macunu andırır. Et yiyen hayvanlarınki asit tabiatlı, bitki ile beslenenlerinki alkali tabiatlıdır. Et yiyenlerle ot yiyenlere aynı besin verilir veya aç bırakılırlarsa idrarın bileşimindeki fark ortadan kalkar. Ayrıca şekli beslenmeye bağlıdır. Et yiyenlerin idrarında daha çok fosfor asidi bulunur, ot yiyenlerin ise kakasında çıkar. Kertenkele ve yılan idrarı sarımsı bir macun gibidir, timsahınki daha suludur. Kuşlar idrarlarını kakaları ile birlikte yaparlar. Kurbağalar günde 10 santimetreküp idrar çıkarırlar. Bu insana kıyasla on kat fazladır. Midyelerde ürin vardır ama ürikasit yoktur. *Sepia* denilen bir cins mürekkepbalığı ürikasidi vücudundan katı madde olarak çıkarır.

# İdrar Nerede Toplanır?

Böbrekler bel kemiğinin iki yanında bel büyüklüğünde ve fasulye biçiminde yerleşmiş organlardır. 120 veya 200 gram ağırlığındadırlar. Böbrekler vücudun tuzlu su gereksinimini ve asit-baz dengesini düzenler. Her böbrekte bu iş için bir milyon adet Nefron denilen cisimcik bulunur. Kılcal kan damarları, bütün nefronlara ulaşır. Nefronların böbrek çukuruna dönük yanlarında bir açıklık vardır. Buna tubulus denir. Bu tubuluslar böbrek içine gelen toplama kanalları ile birleşiktir, idrar, idrar yollarına geçmeden önce orada toplanır. Küre biçimli nefron kapsülcüğü içindeki basınç sonucu, kılcal damarlarda sadece kan plazması ile protein plazması kalır, bütün diğer maddeler ve su, kan damarlarından çıkar, kapsüle sızarlar, sonra ön-idrar olarak idrar yoluna geçerler.

Sıvı burada madde alışverişini gerçekleştiren hücrelerin yanından akarken, bunlar vücuda yararlı bazı maddeleri su, mineraller vitaminler vs.'yi tekrar

emerek alırlar. Böylece ön-idrar idrara dönüşür. Her gün vücuttaki tüm suyun üç katı kadar su süzülür. Bu, aşağı yukarı 180 litredir (yani 18 büyük kova su). Temiz bir hesapla bu 180 litrenin 150 litresi vücuda geri döner. Fakat insan, vücudundan 30 litre su boşaltmaz, bu sadece 1,5 litredir, bunu sağlayan da adiuretin hormonudur. Bu hormon emilme işlemini kuvvetlendirir. Karbonhidratlar da normalde olduğu gibi emilirler. Ancak şeker hastalarında bunlar idrara geçer.

Asit-baz dengesi kandaki hidrojen konsantrasyonunu 7.4 pH değerinde sabitler. Susuzluk hissi ile vücut, organların su gereksinimini ayarlar. Bunu sağlayan, beyne bağlı hypotalamus guddesinin, osmos reseptörüdür. İçilen su vücut tarafından ince bağırsaktaki kan damarları aracılığı ile içeri çekilir. Hormonlar yönetimindeki bir "su saati" insana ne zaman susuzluğunu gidereceğini hissettirir.

Böbreklerin 24 saat içinde süzdükleri kan miktarı, filtre edilen su miktarından çok fazladır: tam 2000 litre.

# Tekstil İmalatı ve Bakımında İdrarın Kullanımı

*Gerçi devamlı yan çiziyor, karşı çıkıyor; yayını yeterince ayrıntılı ve ciddi bulmuyordu. Gene de yayına karar vermemizde Robert A. Esser'in belirleyici bir rolü oldu. Birincisi endüstride idrarın bir kullanımı olduğunu açıkladı. İkincisi, Profesör Schadewaldt 'in yardımı ile konuya bilimsel bir ciddiyet kattı. Zira benim başlangıçta çok büyük kuşkularım vardı. Ancak yayın sırasında konunun çığır açabilecek boyutlarını kavradım. Bununla beraber içimdeki ürpertiyi ve kuşkuyu yenmem birkaç yıl sürdü. İşte Rupperath'ta bir tekstil müzesi kurmuş, eski bir öğretmen olan Robert A. Esser'in bu konudaki yazısı:*

## Yıkama Aracı Olarak İdrar

Her yerde, her zaman çeşitli biçimlerde, renklerde ve durumlarda kir vardır. Sokak tozu olarak minicik kum tanelerinden, isten, bitki artıklarından ve yağlardan oluşur. Giysilerimiz içerden de, ter ve vücut yağı ile kirlenir. Ter içerisinde başka şeylerin yanı sıra, biraz da tuz, ürin, ürikasit, yağ asitleri, amino asit ve kolesterol bulunur. Ter vücuttan çıktığı anda tamamen kokusuzdur. Ancak protein bileşiklerinin bakteriyel parçalanması sonucu nahoş ter kokusu oluşur. İnsan cildi kıl dibi ve deri altı bezlerinden, sürekli olarak beyaz renkli, yağımsı bir maddeyi dışarı atar, buna da genel olarak cilt yağı denir. İçindeki mantarlar ve bakterilerle birlikte bu yağ, çamaşırlara ve giysilere bulaşır.

Vücudun sağlığı için bu pislikten kurtulmak şarttır. Suya ek bir temizlik maddesi, deyim yerindeyse "ilk deterjan" olarak, evlerde odun külünden elde edilen bir bulamaç kullanılırdı. Bu külün içinde potasyum karbonat biraz soda ve sodyum karbonat bulunur. Her iki tuz da alkali reaksiyonu verir ve soda etkisi ile suya temizleme gücü katar. Çok eskiden kül sadece sıcak suda eritiliyordu, sonraları kaynatılıp suyu uçuruldu ve alkali tuzlan kuru olarak saklanır hale geldi. Bu iş kazanlarda yapılıyordu. Her iki tuzun yıkama gücüne, külün içindeki karbon maddesi de kir çözücü olarak

eklenir. İpekkökü ve atkestanesi gibi bazı bitkilerin özünde saponin denen karışık kimyasal bileşimler vardır, bunlar su içinde köpürürler. Saponin ismi Latince sabun manasına gelen *sapo* sözcüğünden türetilmiştir: Eski bir Germen veya doğu dilinden aktarılmış olmalıdır. İngilizce'deki *soap* sözcüğü de, Almanca'daki *Seife* de (Türkçe'deki *sabun* da) Latince'deki kökü hatırlatan seslerdir.

Fakat kül tortusu da, bitki özleri de eski çağların biricik temizlik maddeleri değildi. Örneğin Roma İmparatorluğu'nda, öyle garip bir temizlik maddesi vardı ki, hiç hoş olmadığı halde çok tutulmuştu: İdrar. İsa'dan 2500 yıl önce Asurlular ve Sümerler küllü su ve yağdan yapılmış sabun kullanırlarken, son derece gelişmiş Roma'da sabun İsa'dan çok sonraları bile bilinmiyordu. Burada insan ve hayvanların idrarı toplanıyordu. Avrupa'da bu usul zamanımıza kadar gelmiştir, zira 1966 yılında İngiliz Hükümeti'nin bir izin belgesinde bile, Britanya Adaları'nda üretilen "Harris Tweed"lerinin idrar ile yıkanmasına izin verildiği yazılmaktadır.

İdrar, doğuda ve Yunanistan'da Roma'dan çok önceleri dokumacılıkta ve yapağı yıkamada temizlik maddesi olarak kullanılıyordu. İdrar birkaç günde bozuluyor ve amonyak oluşuyordu. Bu amonyak, yıkama sırasında giysilerdeki veya yündeki yağ ile birleşerek amonyaklı bir sıvı sabuna dönüşüyordu.

İdrar bol miktarda kullanıldığından, eski Roma'da sadece idrar ve çamaşır toplamakla uğraşan bir iş kolu doğmuştu. Bunlara, *fuller* veya *fullones* deniyordu. Bu işte çalışanlar Roma'daki bütün semtlere ve mahallelere küpler yerleştirirlerdi, şehir halkı çişlerini bunların içine yapardı. Sonra çişler *fuller* tarafından toplanır ve arabalarla kent dışındaki çamaşırhaneye taşınırdı. Burada yaklaşık 4 m2 büyüklüğünde taş teknelere boşaltılır ve ayakla devamlı çiğnenerek, tepilerek çamaşırlar yıkanırdı; çünkü evlerde çamaşır yıkamak âdeti yoktu. En sonunda çamaşırlar dere veya nehirlerin berrak sularında çalkalanır, çimenler üzerine serilerek kurutulur, sonra da kükürtle renkleri açılırdı. Böylece tertemiz, kıvrım kıvrım dökülen bir *toga'ya* bakarken kimsenin aklına o iğrenç işlem gelmezdi.

*Fuller* veya *fullones'in* yaptığı bu hoş olmayan işe karşı iyi para ödenirdi ve bunlar zengin insanlardı. Derken bir gün Roma İmparatoru Titus Flavius Vespasian (69-79) bu varlıklı çamaşırcılara kasayı gösterdi ve çok yüksek

vergiler getirdi. *Fullerler* imparatora yakındılar ve yaptıkları işin iğrençliğini pis kokusunu anlattılar. Fakat imparator şöyle cevap verdi: *"Pecunia non olet!"* (Para kokmaz!)

Romalılar gerçi Galya ve Germen savaşçıları dolayısıyla sabunu öğrenmişlerdi ama, ne Germenler ne de Romalılar sabunu çamaşır yıkama işinde kullanıyorlardı, aksine sadece kozmetik ve parfüm yerine kullanıyorlardı. Gaius Plinius Secundus, bu konuda Germenler hakkında şu bilgiyi veriyor:

"Burada Galyalıların bulduğu sabun da kullanılıyor, bununla saçlarına kızılımtrak bir parlaklık kazandırıyorlar. Bunu özellikle keçi yağından ve külden elde ediyorlar. En çok da odun külünü tercih ediyorlar. İki çeşit sabun var: sıvı ve katı; Germenlerde her ikisini de kadınlardan çok erkekler kullanıyor."

Kızılımsı parlaklığı elde etmek için içine böğürtlen suyu katıyorlardı. Romalılar bu renkli sabunu eve götürüp hanımlarını sevindiriyorlardı. Romalı hanımlar arasında bu kozmetik malzemesi "Mattiş Topları" diye biliniyor ve pek seviliyordu. Mattiş sözü Roma-Germen dilindeki Mattiacum'dan geliyor ve bununla Wiesbaden kenti kastediliyordu. Fakat daha önce de söylediğimiz gibi, asıl buluşu yapan Sümerlerdi ve Pön savaşları sırasında Ron vadisinden Germenlere geçmişti. Fakat Mısırlılar da, Pönler de, Keltler de, Germenler de sabunu temizlik maddesi olarak kullanmadılar. Sadece Sümerler yıkama işinde sabun kullanırlardı. Başka kavimler de vücutlarını bol su, kum, sünger taşı, külbulamacı veya küllü su ile temizlerlerdi. O pek kültürlü Grekler bile bize sabun kullandıkları hakkında hiçbir bilgi bırakmamışlar. Yukarıda adı geçen temizlik maddeleri ise vücut için çok yıpratıcıydı. Bu yüzden bol miktarda yağ ve zeytinyağının vücut bakımında kullanılması anlayışla karşılanmalı.

İsa'dan sonra ikinci yüzyıla ait bir yazılı belgede sabunun temizleyici etkisinin öğrenildiği anlaşılıyor: Yunanlı Galenos (130-200), Marc Aurel'in özel hekimi, sabunun kozmetik kullanımı yanında, temizleyici etkisinden de söz ediyor. İmparator Büyük Karl daha sonraları sabunun temizlik maddesi olarak kullanımının yaygınlaşmasına gayret etmiş ve evlerde zanaat olarak sabunun üretilmesi konusunda bir de genelge yayınlatmıştır.

# Boyacılıkta Yardımcı Madde Olarak İdrar

Tekstil endüstrisinde *küp boya* diye tanınan bir madde vardır. Rhein bölgesi lehçesinde hâlâ kullanılan *Kump* sözcüğü, kap, kâse anlamına gelir. Çok eski çağlarda Hintliler ipliklerin boyanmasının ne kadar güç olduğunu bilirlerdi. Boyaların kumaşa iyice sinmesi gerekiyordu, yani yıkandığı zaman solmamalıydı. O halde suda erimeyen boyaların kullanılması gerekiyordu. Suda çözülmeyen bir boya maddesini biliyorlar ve seviyorlardı: *İndigo.* Gerçekten de Avrupa'da bu organik boya maddesi çok zor elde ediliyor. Almanya'da onun yerine, çözülmeyen bir boya maddesi içeren bir bitki, çivitotu kullanılırdı. Fakat bunu kullanmak için önce suda erir bir hale getirmek gerekiyordu. Yani kumaşı koruyan bir işlem yapılmalıydı. İşte bu küp aracılığı ile yapılıyordu. Bitkinin kökünden, yaprağından veya sapından ezilerek çıkanlan boya maddesi idrar içinde mayalandırılarak suda çözülebilir hale getiriliyordu. Mayalanma sonucu çıkan amonyak bir redüksiyona (bir maddenin oksit özelliğini yok etme) yol açıyordu. Bu küp boyalarının redüksiyonu ile kesif bir renk değişmesi oluşuyordu. Örneğin sarı renk kırmızıya menekşeye veya maviye dönüşüyordu. Yani bu küp boyaları suda çözülmeyen boyalardı, bu sebeple iplikler tarafından kolayca emilebilmeleri için, kimyasal bir reaksiyon sayesinde değişime uğratılıyor ve artık suda çözülebilir hale getiriliyorlardı. Su ve ısı, oksit özelliğini kaybetmiş boyaların iplikler tarafından çekilmesini kolaylaştırıyordu. İplikler yeterince boyayı emdikten sonra "açık havaya" asılıyorlardı. Havanın oksijeni işlemi geri çeviriyor, boya maddesini okside ediyor ve onu ipliğin üzerinde bir daha ayrılmaz biçimde tesbit ediyordu. Bu yolla örneğin sarı indigodan, doymuş bir mavi, suda solmaz has boya olarak elde ediliyordu.

Bugün bu indirgeme işlemi hidrosülfıt veya çift karbonlu asitle yapılıyor. Eski çağlarda "has" boya için idrar kaçınılmaz bir şeydi. İkinci Dünya Savaşından sonra bile, savaş yüzünden kimya maddeleri bulunamadığı için, insan idrarının küp boyası elde etmekte kullanıldığı bilinmektedir.

# Baskı Maddesi Olarak İdrar

Dokunup çıkan kumaşa baskı yapılır. Baskı sırasında atkılar ve çözgüler öyle sıkışır ki, sert, sıkı bir kumaş oluşur. Bu işi baskıcılar halleder. İngilizce'de bu uzman işçilere *fuller* denir. Bu isim Romalılardaki *fullonları* hatırlatıyor, belki de o zamanlarda temizlik maddesi olarak kullanılan idrardan dolayı.

Baskı sırasında yün iplikler keçeleşir. Bugün bu işleri baskı makinaları uzun uzun döverek, bastırarak, sürterek, alkali, asit ve nötr nemliliği ısı altında vererek yapıyor. Kumaş bu suretle sıklaşır daralır ve kısalır.

# Radyo Yayını

*Hazırlıklardan sonra merakla, hevesle ama biraz da içim ürpererek yayına gittim. Halkın nasıl bir tepki göstereceği ve uzmanların ne diyeceği beni çok ilgilendiriyordu. Acaba nasıl davranacaklardı? O sabah ekibin keyfi yerindeydi. Konu üzerinde şakalar yapıyorduk. Fakat nasıl bir deryaya daldığımızın farkında değildik. Sabahleyin hava pek öyle sıcak değildi. Harika güzellikteki ortaçağ kenti Bad Münstereifel bize önce gri bir gökyüzü sergiledi. Yayın arabası hemen Secktürmchen'in sağında durdu, kulenin büyüklüğü beni önce hayal kırıklığına uğrattı.. İçeri girince dehşete kapıldım. Doğrusu gerçekten bu yusyuvarlak kulenin böylesine değiştirilerek Belediye Kitaplığı'na dönüşebileceği aklımdan bile geçmezdi. Cephesi dışında hiçbir şey, bu binanın geçmişte ne amaçla kullanıldığını hatırlatmıyordu. İlginç bir başlangıçla yayına girmek için ne yapabilirdim? Kitap sayfalarını mı karıştırsam? Kartoteks kutularını mı tıkırdatsam? Yayına daima "sesli bir görüntü" ile birlikte başlatmayı sevdiğim için, burada da kitaplardan başka bir şey bulunmadığından, bitişikteki evden bir kova ile bir tencere su almaya karar verdim. Kovaya boşaltılan suyun çıkaracağı sesin, konunun açıklanması ile bağdaşan nahoş hayaller uyandıracağı düşüncesi, pek ortaçağvari bir ses olmasa da bana en azından eğlenceli göründü.*

*Her zaman olduğu gibi önce sokaktan geçen, fakat yayın arabasına girmek istemeyen kadın ve erkeklerle konuştum. Çünkü hiçbir önyargının etkisinde kalmadan konuşan insanlar, radyo dinleyicilerinin hissettiklerine çok yakın şeyler söylüyorlardı. Onlara, idrar ile ilgili bir yayın için bizimle birlikte Seckturm'a (Kule) gelmelerini söylediğim zaman, bana nasıl aval aval baktıklarını hâlâ unutamıyorum. Fakat neyse ki, Leo Broslacas ve Marianne Bins içeri gelme yürekliliğini gösterdiler. Kulenin şekline uygun küçük bir çember biçiminde dizilmiş sandalyelere sıralandık. Ortamızda da su dolu tencere ve kova.*

*Saat dokuz yirmi: İlk vuruş: ve yayın başladı.*

# Yayın Metni

Selam, sayın dinleyiciler, karşınızda ben Carmen Thomas. *Dökülen su şakırtısı*

Vaktiyle, Seck-Hannes fıçılarındaki idrara başka maddeler karıştırırken de böyle bir ses çıkardı herhalde.

***Robert Esser:*** İçine başka bir şey katmazdı. Seck-Hannes tarihi bir figürdür. Sadece Münstereifel'de değil. Her yerde vardı, Monschau'da da vardı. Harika bir hikaye anlatılır: Günün birinde Seck-Hannes kocaman bakır kazanların içinde insan idrarlarını toplamış, iki atlı arabası ile kentin kapısına gelmiş. Kapıda belediye başkanı Schaibler duruyormuş. Elleri yeleğinin cebine sokulmuş vaziyette, "Ooo, Hannes, sen miydin?" demiş ve arabanın üzerine çıkarak parmağını idrara batırmış ve çıkarıp yalamış. Sonra şöyle demiş: "Seni gidi domuz yavrusu Hannes! Gene katmışsın suyu içine!"

***C.T.:*** Bu olmuş bir şey mi?

***Esser:*** Evet gerçektir. Monschau'da bilinir. Ve Seck-Hannes'in yaptığı iş de anlatılır. Seck-Hannes sadece kenti gezmez, çevre köyleri de dolaşıp idrar toplardı.

***C.T.:*** Yani bu demek ki, ne kadar idrar toplarsa kendisine o kadar para ödeniyordu. Ve bu yüzden idrara su katıp hile yapmaya yeltenmişti, çoğaltmak için?

***Esser:*** Evet, herhalde aldığı para litresine göre değişiyordu. Ne yazık ki, ödemenin nasıl ve ne miktara göre yapıldığı hakkında bilgi yok elimizde.

***C.T.:*** Bu Seck-Hannes olayı ne kadar sürdü acaba? Ve bu işi yapanların adı Kurt veya başka bir isim de olsa, onlara hep Seck-Hannes mi deniyordu?

**Esser:** Seck-Hannes'lik İsa'dan iki bin beş yüz yıl öncesinde vardı. Daha Romalılarda vardı. Romalılar köşe başlarına fıçılar bırakırlardı, *fullonlar* da bunları toplardı. İdrarı çamaşır yıkamada kullanırlardı. Normal kıyafetler de idrarla yıkanırdı.

***C.T.:*** Bunu biliyor muydunuz?

***Konuk bayan:*** Hayır, ben Münstereifer'liyim ve bunu hiç işitmedim.

***C.T.:*** Aslında şimdi nerede bulunduğumuzu ve niçin burada oturduğumuzu biliyor musunuz?

***Konuk bayan:*** Bunu da bilmiyorum.

***C.T.:*** Elbette burada kütüphanede bulunduğumuzu görüyorsunuz. Fakat tam bu oturduğumuz yerde vaktiyle ne vardı biliyor musunuz?

***Konuk bayan:*** Hiç bilgim yok.

***C.T.:*** Ya siz, bayan kütüphaneci?

***İdare memuru:*** Ben kütüphaneci değilim. İdare memuruyum. Fakat hep burada oturduğum için, biliyorum. Burası Seck-Turm'dur. Ve Bad-Münstereifel'in idrar toplama yeridir. Seck-Hannes herhalde dışarıdan açılmış bir oluktan idrarı içeri boşaltıyordu.

***C.T.:*** Bu doğru mu, bay Esser?

***Esser:*** Evet, birçok "fıçılar"a boşaltılırdı. Çünkü idrarın birkaç gün bekleyip bozulması lazımdı. Taze idrar kullanılamazdı. En kötüsü de buydu. Düşünün idrarı uzun süre bozulmaya bırakıyorlardı. Bu sırada amonyak oluşturuyor. Yıkama işinde amonyak çok önemliydi, sonra açıklayacağım gibi, sabun böyle oluşuyordu.

***C.T.:*** Demek idrardan sabun üretiliyordu.

***Esser:*** Evet. İdrar alkaliktir. Alkali, yündeki yağ ile birleşince amonyum alkalik sabun meydana gelir. Romalılar devrinde henüz sabunun tanınmadığını biliyorsunuz herhalde. Bunu düşünemiyoruz bile! O zamanlar insanlar sabunla yıkanmıyorlardı. Ve çamaşırları ve yünleri temizlemek için herhangi bir madde bulmak zorundaydılar.

***C.T.:*** Müthiş pis kokmuyorlar mıydı?

***Esser:*** Evet, olayın esprisi de burada. İşte Roma İmparatoru Titus Flavius'un (66-76) ünlü cümlesi ortada: "Pecunia non olet" (para kokmaz).

Bu *fullonların* şikayetleri üzerine söylenmişti...

***C.T.:*** Değim yerindeyse, yani Çiş-Toplayıcılar.

***Esser:*** Hayır, bunlar çamaşır yıkayıcılardı. İngilizcede *fuller.* Bugün walkerlara da hâlâ böyle derler. (Walker: Kumaş basan) İşyerlerine de *fullonices* diyorlardı. Bunlar vergilerinin çok yüksek olduğundan yakınmışlardı. Bunun üzerine İmparator onlara: "İşiniz pis kokuyor ama para pis kokmaz." demişti.

***C.T.:*** Neden Seck-Hannes buradan kaldırıldı?

***Esser:*** Artık ona gerek kalmamıştı. Önceki yüzyıldan beri başka kimyasal maddeler bulundu. Öncelikle de yıkamak için sabun 16.-17. yüzyıldan beri sabun kullanılıyordu. İdrar daha ziyade boyacılıkta kullanılırdı. Bu işlemin 4000-5000 yıl kadar eskiye dayandığı tahmin ediliyor. İranlılar kullanmış. Hintliler yapmış. En eski boya maddesi olarak indigoyu biliyoruz. Bütün bitkisel boya maddeleri bir biçimde mayalandırılmalıdır. O zamanlar katkı maddesi olarak idrar biliniyordu.

***C.T.:*** Söyler misiniz, peki bu idrarı verenler de karşılığında bir şey alırlar mıydı, yoksa çiş yapmak bedava mıydı?

***Esser:*** Bu bilinmiyor. Bilinen bir şey var, o da, Roma'daki bütün cadde, sokak ve meydanlara küpler konulmuştu ve halk ihtiyacını bunlara gideriyordu. Sonra Fulloner'ler gelip küpleri topluyorlar ve çoğu kent dışında -nehirlere yakın- yerlerde kurulmuş iş yerlerine taşıyorlardı, burada çamaşırlar yıkanıyordu. Roma'da evlerde çamaşır yıkanmadığı bilinir, insanlar çamaşırlarını, elbiselerini yıkanmak üzere Fulloner'lere teslim ederlerdi. İdrarla yıkandıktan sonra -bu arada sabun oluşuyordu- çamaşırlar nehrin berrak sularında son yıkamadan geçiriliyordu.

***C.T.:*** Siz buna ne diyorsunuz?

***Konuk bay:*** Tuhaf! İnsanlar idrarlarını bedavaya verdiklerine göre, içeceklerinin de bedava olması gerekmez miydi diye düşünüyorum?

***C.T.:*** Elbiselerinizin idrarla yıkandığını düşünebiliyor musunuz?

***Konuk bayan:*** Hayır. Bunu hiç düşünemezdim. Gerçekten olmaz.

***C.T.:*** Komik değil mi? Bay Esser, siz herhalde bize daha pek çok şey anlatabileceksiniz. Dağarcığınızda çok şey bulunduğunu görüyorum. Bizim bugünkü konumuzun başlığı şöyle: "Çok özel bir sıvı: İdrar" Önce ben size teşekkür etmek ve isminizi sormak istiyorum.

***Konuk bayan:*** Leo Broslachs

***İdare memuru hanım:*** Rosemarie Mohr

***Uzman:*** Robert Esser

***C.T.:*** Bu işle nasıl ilgilendiniz?

***Esser:*** Rupperath'ta el dokuma tezgahım var. İnsan öğretmen olarak böyle bir işe girişince, bunun geçmişini de araştırmaya yöneliyor. Ben şimdi 30 yıldır dokumacılığın tarihi ile ilgileniyorum ve bu konuda bir de kitap yayınladım.

***C.T.:*** Yanımda Bayan Prof. Dr. Rita Falke oturuyor. Bize bu konuyu öneren bayan dinleyicimiz -yazık ki yaz aylarında bu sık sık oluyor- tatile gitti.

Fakat, siz bize bilgi vermek için mektup yazarak, bizi sevindirdiniz?

***Prof. Falke:*** Konu "Çok özel bir sıvı: İdrar" olunca, bana Schleswig'de büyümüş olan büyükannemin anlattıklarını hatırladım. Onun annesi, çok bilgili bir kadın olacak herhalde ki, köy halkı hastalıklarında hep ona başvururlarmış. Ve benim büyük ninem, difteriye yakalanmış hastalara kendi idrarlarını içirirmiş. Ben o sırada çocuktum ve Hamburg'ta oturuyorduk, bundan çok etkilenmiştim. Özellikle de tiksinti duymuştum, sonra büyükannem şöyle demişti: "Hastaların bundan haberi olmazdı ki..."

***C.T.:*** Demek çocuklar iyileşiyordu...

***Prof. Falke:*** Çocuklar genellikle iyileşiyordu. Belki büyükler değil. Fakat kabul etmek gerekir ki, tek kişi bile kurtulmuş olsa bu bir başanydı. Zira bu hastalık, yakın zamana kadar öldürücü bir hastalıktı.

***C.T.:*** Demek insanlar kendi idrarlarını içerek tedavi olup ölmediler.

***Prof. Falke:*** Evet, büyükannemin anlattıklarından öyle anlıyorum. Boğazdaki kabuk çözülüyor ve hasta rahat nefes alıyormuş. Daha başka nelere yarıyormuş bilemiyorum. Bunun çok hikayesi var. Başka şeyler de var: Bademcik iltihaplarında idrarla gargara veya anjinde. Büyükannem bunu bize ne kadar uyguladı, bilemem. Haberimiz olmadan vermiş olacağını da zannetmiyorum.

***C.T.:*** Demek, yapmış olabilir mi diye gene de biraz kuşkunuz var?

***Prof. Falke:*** O zamanlar yoktu. Fakat sonraları kuşkulandım. Önceleri böyle bir kuşkuya kapılmadım. Çünkü annem yanımızdaydı, uygar bir kentte, doktorların bulunduğu bir yerde yaşıyorduk.

***C.T.:*** Peki, siz çocuk olarak merak edip de, şöyle ben de bir tatsam, diye hiç aklınızdan geçilmediniz mi?

***Prof. Falke:*** Hayır, hayır, o kadar meraklı değilimdir. Merak olabilir. Fakat ücra yerler için, buna hak vermeli. Kardan, buzdan, geçilmez yollar, yol bile denmez. İnsanlar yollarda ölüyordu. Mesafeler çok uzaktı.

***C.T.:*** Öyleyse insanların böyle usullere başvurmalarına şaşmamalı.

***Prof. Falke:*** Evet, öyle olmalı.

***C.T.:*** Evet, güzel. Bay Becker, siz de bana yazmıştınız.

***Becker:*** Evet. Ben de büyükannemden buna benzer bir olay anlatacağım. Kendisi 10, 11 yaşlarındayken ağır bir difteriye yakalanmış. Mosmor kesilmiş ve nerede ise boğulacakmış. Komşu bir hanım: çocuk ölecek demiş. Doktor, çaresiz kalarak, kefenin hazırlanmasını söylemiş. O zaman ninesi büyükanneme kendi idrarını, üstü kapalı bir tasla ve burnunu tıkayarak içirmiş. Yarım saat-kırk beş dakika içinde ateş düşmüş. Büyükannem öksürerek balgam çıkarmış ve ölümden kurtulmuş. Kayınpederim Dresden'de yaşayan bir Doktor Krebs'ten söz ederdi -kitabı da burada yanımda- çocuklarını boğmacadan kendi idrarlarını içirerek iyileştirmiş. Bu hep bilinir, eskiden doktorlar ağır hastalara çağırıldıkları

zaman yolda gelirken ısırgan otu toplar ve hastanın idrarına atarlarmış. Eskiden oturaklar hastanın yatağının yanında dururdu. Eğer ısırganotu kararırsa hasta çok ağır demekti. Eğer ot yeşil kalırsa -herhalde birkaç gün doktor bunu gözlüyor olmalıydı- hastada henüz umut olduğunu anlardı. Ayrıca Mısır'da hamileliğin erken teşhisinin idrarla yapıldığı biliniyor. Hamile olduğundan kuşkulanılan kadının idrarı buğday üzerine dökülüyor, normal bir kadının idrarı da başka bir buğdaya dökülüyor. Hamile kadının buğdayı daha önce çimlenirse hamileliği kanıtlanıyor.

***C.T.:*** Herhalde filiz embriyodaki büyüme hormonundan yararlanıyor?

***Becker:*** Elbette, bu büyümeyi çabuklaştırıyor.

***C.T.:*** Bir gebelik testi için bir sürü para vermeye hiç gerek yok, biraz buğday ve insanın kendi idrarı öyle mi?

***Becker:*** Evet, çok doğru. Bir de normal idrar gerekiyor ki, kıyaslama yapılabilsin.

***C.T.:*** Çok ilginç. Peki, siz bu konu ile nasıl oldu da ilgilendiniz?

***Becker:*** Halk arasında kullanılan ev ilaçları ile ilgilenmemde çok önemli bir deneyimin etkisi oldu: Olay büyükannemden başlar. Kendisi o zamanki tıp ilaçlarından çok daha üstün ev ilaçları hazırlardı. Bu konuyla savaş esirliğim sırasında uzun uzun uğraştığımı da size yazmıştım. 4000 kişi arasında büyük atalarından aynı hikayeleri dinlemiş iki kişi daha vardı. Bu hikayelerden birinde, hasta bir çocuğa doktor çağrıldığını dinlemiştim. Doktor çocuğun iyileştiğini görünce, "Anladım, kendi idrarı ile tedavi etmişsiniz", demiş. Kadın, "Evet" deyince, doktor "Yapmamalıydınız" diye karşılık vermiş. Kadın o zaman, "Neden, çocuğumu kurtardım ama", demiş. Ama doktor hâlâ, "Evet, ama bu doğru değil." diyormuş. Bu hikayeyi anlatan adamın büyükannesi, doktora şöyle demiş: "Siz uzun zamandır bizim doktorumuzsunuz. Meslek onurunuza dokunuyor diye, bunu reddedeceğinize, bana daha önce söylemenizi beklerdim."

***C.T.:*** Çok heyecanlı, iş oraya kadar varsaydı, çok kimse ekmeğinden olurdu. Herkesin kendisini kendi idrarı ile tedavi ettiğini, çamaşır yıkadığını

falan düşünün. Yuttuğumuz ilaçları ve yıkanma maddelerini üreten yığınla işletme iflas ederdi.

***Becker:*** Evet. Bir de Kazanova hikayesi var. Kazanova bir gün çok zengin bir Fransız aristokratı ile karşılaşır, kadın kalça mafsalı ağrısı ile yatağa düşmüştür. Bizim zarif çapkın, hastanın idrarına bazı kimyasal maddeler de karıştırarak bir merhem hazırlatır ve bununla hastanın kalçasını ovdurur. Bu kimse de Kazanova'nın sevgililerinden biri olan Camila'dan başkası değildir. Masaj sırasında Kazanova kendisi dahil, kimsenin anlamadığı birtakım sihirli sözcükler mırıldanır. Gene soğukkanlı ve kurnazca karşısındakileri kandırır. Çağın ruhuna ve beklentilerine uygun olarak da, soylu kalçaya beş köşeli bir yıldız şekli oluşacak biçimde işer. Yirmi dört saat sonra aristokrat kadın iyileşir ve Paris salonlarında dört dönmeye başlar. Kazanova'nın adı büyük hekim olarak ünlenir.

***C.T.:*** Gösterir misiniz, sözünü ettiğiniz kitap bu mu?

***Becker:*** Hayır. Bu, Dr. Krebs ile Prof. Lambart'ın yazdıkları *İlaç Olarak İnsan İdrarı* isimli kitap, içinde habis anemi, bebeklerde görülen mide ağzı krampı ve egzamalar vs.'den söz ediliyor.

***C.T.:*** Siz de bunu deneyecek kadar ikna oldunuz mu?

***Becker:*** Ben şahsen kendi idrarımı içmezdim. Belki damla halinde kullanarak karışımını yapardım.

***C.T.:*** Bu nasıl oluyor?

***Becker:*** Bir ölçü idrar, dokuz ölçü su veya alkol alınıyor, karıştırılıyor. Bu insana ekşi gelirse, içinden gene bir ölçü alınıp, başka bir şişeye konuyor sekiz kere çalkalanıyor. Artık idrar tadı hiç anlaşılmıyor. Ve bunun insanın kendi idrarını içmesinden daha şifalı bir etkisi oluyor. Bu tabii hoş bir olay değil. Doğal tedavi uygulayan doktorların bazısı bunu yapıyor. Marburg bölgesinde tanınmış bir hekim, hastalarından sabah idrarlarını getirmelerini isterdi. Onu tahlil edeceğini söylerdi. Sonra da onu enjektöre çeker ve hastanın kalçasına iğne yapardı. Etrafta doktorun harika bir ilaç kullandığı söylentisi yaygındı. Oysa o sadece hastaya ait idrarı kullanıyordu.

***C.T.:*** Hmmm, içme konusu da var: Hindistan başbakanı yapıyormuş, -kendisi kısa süre önce 93'üne bastı- her sabah kendi idrarından bir fincan içiyormuş.

***Becker:*** Evet, idrarın içinde bir dolu fermentler, element kırıntıları bulunuyor, bu böyle. Ben Dr. Krebs'in bu kitabında, idrarın içinde ne kadar çok çinko, demir, alüminyum, manganez, bakır ve kobalt bulunduğunu okuyunca şaştım kaldım.

***C.T.:*** Demek içimizde oluşan bu şey gerçekten son derece etkili kimyasal bir madde.

***Becker:*** Evet, öyle söylenebilir.

***C.T.:*** Ve biz buna hiç dikkat etmiyoruz.

***Becker:*** Aklıma bir şey daha geldi, zihnimiz açıldı şimdi. Örneğin Hümling'te ağızlarında pamukçuk olan bebeklere sabah bezleri emdirilirdi. Yani burada da sabah idrarı kullanılıyor ve faydalı da oluyordu.

***C.T.:*** Demek vücut gerektiği zaman kendisine bağışıklık kazandıracak veya iyileştirecek bir şeyi kendi içinde oluşturuyor diye düşünebiliriz...

***Becker:*** Evet, sanıyorum aynen böyle. Yani vücut kendi savunma maddesini hazırlamış oluyor ve bu ona konsantre halinde yeniden verilecek olursa sağlığına kavuşuyor. Bu bir biyoenerjik hal. Karşılıklı bir etkileşim. Siz bu karşılıklı etkileşimi, yayın dolayısı ile iyi bilirsiniz. Aynı frekanstaki iki dalga çakışacak olursa, bir sönme durumu olur. İdrarda da durum aynen böyledir.

***C.T.:*** Bad Münstereifel'lilerin yoğun ilgisi beni çok sevindiriyor. Sizlerin bu yayınla ilgilendiğinizi görmek doğrusu çok güzel. Bu bizim çok hoşumuza gidiyor. Peki neden buradayız, biliyor musunuz?

***Konuk bayan:*** Hayır, ben mi, hayır.

***C.T.:*** Belki, Bad Münstereifel ile idrarın ne ilgisi var diye düşünmüşsünüzdür?

***Konuk bayan:*** Evet, doğru.

***C.T.:*** Bu her yerde var. Bad Münstereifel'deki Kültür ve Turizm Merkezi müdürü Peter Schafer, şu yanıbaşımızdaki Seck-Turm'a dikkatimizi çekti. Bu arada öğrendiğime göre, 1877 yılına kadar, kentlilerin idrarı burada toplanırmış. Acaba kadınlarınki de toplanır mıydı bilmiyorum? Zira içeriklerinin farklı olduğunu okudum.

***Esser:*** Kadınlarınki de kullanılırdı. Özellikle de kumaş boyamada kullanılırdı. Bunun hakkında da konuşmalıyız.

***C.T.:*** Ben bu yayına hazırlanırken öyle çılgınca şeyler okudum ki, örneğin tütünü kadın idrarına yatırırlarmış, en uygunu buymuş. Ne diyeceğinizi bilemiyorsunuz değil mi? Acaba idrarla, işemek dışında daha neler yapılabileceğini hiç duydunuz mu?

***Konuk bayan:*** Hayır.

***C.T.:*** Savaş öyküleri de duymadınız mı?

***Konuk bay:*** Evet, küçükken bize -burada da söylendiği gibi- boğaz iltihabından korunmak için ara sıra idrarla gargara yapıldığını anlatırlardı. Ama biz kendimiz hiç denemedik. Şükür ki, boğaz iltihapları buna gerek duyulacak kadar ağır değildi. Fakat çocukken bunu işitmiştik.

***C.T.:*** Neler hissettiniz?

***Konuk bay:*** Pek hoş olmayan duygular tabii.

***C.T.:*** Çünkü demin de belirttiğiniz gibi, bu konuya bulaşmak istemiyordunuz...

***Konuk bay:*** Evet, sanıyorum idrar karşısında insanlarda bu tiksinti hissi çok doğal.

***C.T.:*** Yani doğuştan mı var demek istiyorsunuz.

***Konuk bay:*** Öyle zannediyorum, evet.

***C.T.:*** Siz de öyle mi düşünüyorsunuz?

***Konuk bayan:*** Evet.

***C.T.:*** Şöyle bir düşünecek olsanız, idrar deyince aklınıza ne gelir?

***Konuk bayan:*** Hiçbir şey.

***C.T.:*** Hiçbir şey mi, olamaz?

***Konuk bayan:*** İnsan çiş yapmak zorundadır. İnsan için en önemli yanı bu.

***C.T.:*** Yaşam gereği. Evet, bu da çok güzel. Aklınıza başka ne geliyor?

***Konuk bayan:*** Haa, evet, şu sağ taraftaki kule hakkında, siz de bunun için buradasınız ya, bir şey söylemem gerek. Ben Münstereifel'liyim; burada doğdum. Fakat bütün bunları hiç bilmiyordum. Habersizdim.

***C.T.:*** Okulda bu konuyu hiç işlemediniz mi?

***Konuk bay:*** Hayır.

***C.T.:*** İlginç olurdu, değil mi?

***Konuk bay:*** Evet, bunlan işitmek ilginç.

***C.T.:*** Siz de mi şimdiye kadar bunlan duymadınız? 1877'de kaldırıldığına göre, demek 110 yıl geçmiş. Dr. Mielke, siz, Grefrath'taki Açıkhava Müzesi'nin müdürü olarak idrar konusu ile neden ilgileniyorsunuz?

***Dr. Mielke:*** Aslında pek ilgili sayılmam. Fakat şu sıralarda müzemizde hijyeni kültürünün geçmişi üzerine bir sergi sürüyor. İşte bir sürü idrar kavanozları, lazımlıklar filan... İnsan ister istemez konuya eğilmek zorunda kalıyor.

***C.T.:*** Bütün bu gece lazımlıklarını nereden buldunuz?

***Dr. Mielke:*** Schleswig-Holstein'dan Avusturya'ya kadar her yerden...

***C.T.:*** Nasıl elde ediyorsunuz? Koleksiyonculardan mı?

***Dr. Mielke:*** Münih'te bir Lazımlık Müzesi var. 6000 parça lazımlık bulunuyor. Şimdilerde lazımlıklar (oturak), ABD'de çok moda. Noellerde onların içinde içki servisi yapılıyor.

***C.T.:*** Bari içine biraz da çiş yapsalardı, iyice Ortaçağ'a yakın olurlardı. Örneğin Sibirya hakkında bir şey duydum. Orada insanlar önce alkol içiyorlarmış sonra da idrar. Çünkü sonra içildiğinde idrar, alkol yerine geçiyormuş.

***Dr. Mielke:*** Bayan Thomas, insan çok alkol içilen yerde dikkatli olmalı.

***C.T.:*** Siz de böyle hikayeler biliyor musunuz?

***Dr. Mielke:*** Evet, ben bu tür şeyleri edebiyattan biliyorum. Biraz yaşlı bir kuşaktanım. Ama böyle şeylerle kendim karşılaşmadım. Bugün böyle bir şeyi hayal bile edemiyorum.

***C.T.:*** Araştırmalarınız sırasında bu konuda neler öğrendiniz?

***Dr. Mielke:*** Evet, ben tıp alanını da araştırdım, ama öncelikle dokumacılıkta, peynir imalatında ve başka zenaatlerde idrarın nasıl kullanıldığıyla ilgilendim.

***C.T.:*** Kaşar'ın neden sarı olduğunu böyle mi çözdünüz?

***Dr. Mielke:*** Hayır, kesinlikle ilgisi yok. Bunlar geçmişte kalmış yöntemler olmalı; bundan eminim.

***C.T.:*** Ben de burada peynircilerin sizi protesto etmesini istemem. Geçmişte de herhalde istisnai yöntemlerdi bunlar ve bugün İsviçre ve Hollanda peynirlerinin idrar kanştırılmadan üretildiği kesin.

***Dr. Mielke:*** Belki de buna üzülmek lâzım. Zira idrarın, hiç değilse zararlı olmadığını biliyoruz. Kimyasal maddeler hakkında pek o kadar emin değiliz.

***C.T.:*** Peki, peynirin içinde idrarla ne yapılıyordu?

***Dr. Mielke:*** Lezzet veriliyordu, mayalanması çabuklaştırılıyordu, peynire son şekli veriliyordu, herhalde biraz iz de kalıyordu. Bu peynire daha keskin bir tat veriyordu.

***C.T.:*** Demek bir alan peynircilik. Başka neler var?

***Dr. Mielke:*** Kozmetik var, yıkama ve boyacılık var. Bunlardan söz edildi. Fakat insan idrarın kimyasal bileşenlerine bir göz atacak olursa, bu sıvıyla neler yapılabileceği hemen anlaşılır.

***C.T.:*** Bu alanı doktora bırakmak istiyorum. Ben sizden, müze parçalarını toplarken öğrenmiş olduğunuz tarihi bilgileri almak isterim.

***Dr. Mielke:*** Evet, doğru, örneğin idrarın atılması. Eskiden oturaklar hep pencereden dışarı, sokağa boşaltılırmış.

***C.T.:*** Aşağıdan kim geçerse geçsin, öyle mi?

***Dr. Mielke:*** Kim geçerse geçsin. Bir sürü idrar kavanozu bulunurmuş. Bunların idrarın teşhisine yarayacak bir işlevi vardı. Gece lazımlığından çok, doktorun daha iyi görebilmesi için saklama kavanozu olarak... Hâlâ böyle şeyler var.

***C.T.:*** Bu konuda yeterli yazı bulunup bulunmadığını tesbit edebildiniz mi? Yoksa iyi araştırılmamış mı?

***Dr. Mielke:*** Evet, 20. yüzyılın başlarında Sigmund Freud'un ön yazısıyla çıkmış standart bir kitap var. Fakat onun arkası gelmemiş. İnsanın bir sonuca varması için çok sıkı araştırması gerek. İfadeler bazan birbirini tutmuyor tabii. Bana öyle geliyor ki, idrarın zanaat alanında kullanıldığı gerçeği belki de çok şişirilmiş.

***C.T.:*** Hangi alanda abartıldığını düşünüyorsunuz?

***Dr. Mielke:*** Önce şunu söyleyeyim. Zevk ve gıda endüstrisi alanında. Siz tütüncülüğü de söylediniz. Fakat pek çok safsata var. Örneğin üzerlerine işenirse bazı bitkilerin etkilenmesi. Demirin idrarla daha iyi çelikleşmesi gibi.

***C.T.:*** Eskiden kılıç yapmak için daha güzel çelikleşsin diye kılıcın üzerine işedikleri doğru mu?

***Dr. Mielke:*** Bunlar antikçağlardan ortaçağa kadar sürüp gelmiş inanışlar. Fakat şimdi demirin çelikleşmesi işleminde, idrarın kimyasal bileşimi ile sonuç arasında bir ilgi göremiyorum. Bunlar batıl inanışlar. Bunu Yahudilerin tarihinde ve Yunanlılarda da bulursunuz. Devam eder durur.

***C.T.:*** Böyle ilginç batıl inanç öyküleri biliyor musunuz? İzin verirseniz, beni çok etkileyen bir tanesini belirtmek isterim: Erkekliği aksayan bir koca, nikah yüzüğünün ortasından işerse, her şey yoluna giriyormuş.

***Dr. Mielke:*** Evet, ben de okudum. Böyle bir sorunum olmadı. Bu konuda bir şey söyleyemeyeceğim.

***C.T.:*** Zaten buna gerek yok. Siz, idrarın başka nelere faydalı olduğu hakkında insanlardan duyduğunuz hikayeleri bize aktarın. Aklınıza başka bir şeyler geliyor mu?

***Dr. Mielke:*** Evet, kehanet konusu var. Doktorlar idrarı nasıl hastalık teşhisinde kullanmışlarsa, eskiden başkaları da benzer şekilde geleceği görmek için kullanmışlar. Ve söylediğimiz gibi, doğacak çocuğun cinsiyetini tespitte kullanmışlar. Ben bu yöntemleri bilmiyorum. Ve sanıyorum, bu işi vaktiyle yapanlar da sonuçta pek bir şey bilmiyorlardı. Bunlar kafadan uydurma şeyler. Kafadan atılmayan gerçek ise idrarın içinde değerli minerallerin ve başka maddelerin olduğu... Eğer bir kıyas yapacak olursanız, -ben dün yaptım- bir maden suyu ile idrarın içinde bulunan maddeleri tespit ettim. Söylemek gerekir ki, idrar faydalılık açısından, yüksek değerli maddeler ve mineraller açısından, bütün memba sularına prensip olarak yeğlenecek bir şeydir. Evet, tabii içinde başka maddeler de olmasaydı.

***C.T.:*** Bu konuya doktorlarla birlikte tekrar döneceğiz. Size çok teşekkür ederim Dr. Mielke.

***C.T.:*** İsminizi söyler misiniz lütfen?

***Konuk bayan:*** Elementine Büsser

***Konuk bay:*** Wilhelm Büsser

***C.T.:*** Size çok teşekkür ederim. Çok heyecan verici bir konu, değil mi?

***Konuk bayan:*** Evet, çok ilginç.

***C.T.:*** Her yerde bir karşıtlık var değil mi? Uzmanların görüşünde de?

***Konuk bay:*** Konu, uzmanların da anlaşamadığı önemi bilgiler gizliyor gibi görünüyor.

***C.T.:*** Çok doğru. Yanımda Dr. Thomas Hauschild oturuyor. Etnolog olarak bize bir şeyler söyleyebilir. Eskiden insanların neler yaptıkları hakkında biraz bilgi edindik. Doğru mu, değil mi ayırmak açıkça zor. Fakat, siz bize bizim değer vermeksizin iğrenerek attığımız idrarın bugün hâlâ başka ülkelerde ayrı bir rolü olup olmadığını söyleyebilirsiniz. Başka kültürler idrarla neler yapıyor?

***Dr. Hauschild:*** Sanıyorum bizdeki en önemli nokta bu tiksinti. Bu, başka kültürlerde, en azından değişik bir biçimde ortaya çıkıyor. Oralarda, idrar maya olarak ve temizlik maddesi olarak kullanılıyor. Bu bizim için utanç verici bir şey. Örneğin Avustralya'nın ilk yerlileri: çam fıstığının belli bir türünü idrara yatırarak mayalandırıyorlar, sonra da onları yiyerek sarhoş oluyorlar. Biz elbette bunu iğrenç buluruz ve böyle bir şey yapmayı düşünemeyiz. Fakat çok ilginçtir bu tiksinti, her şeye rağmen öteki geleneksel kültürlerde de var. Fakat görüşüme göre başka şekilde ortaya çıkıyor. Örneğin Kızılderililerin *Sidik Dansı;* üzerlerine gülünç kıyafetler giyip, karnaval dansları yapar, bir yandan da kocaman kâselerden idrar içerler. Bunu da özellikle, "Bana bakın çiş içiyorum" der gibi; marifetmiş gibi yaparlar. Bunu doğa insanlarının bize kıyasla, daha utanmasız ve farklı olduklarının örneği olarak kabul edebiliriz. Fakat gene de, bunun söylediğim gibi bir karnaval âdeti olduğunu unutmayalım.

***C.T.:*** Neyse, bizim karnaval işi oraya kadar vardırmıyor...

***Dr. Hauschild:*** Bizim karnaval da eskiden oralara kadar varıyordu. Ortaçağ sonlarındaki karnavallarda, insanların birbirlerinin üzerine işemeleri ve pislik atmaları olağan şeylerdi.

***C.T.:*** Ama içilmezdi...

***Dr. Hauschild:*** Hayır, içilmezdi. Adetlerin değişik yerlerde bulunmasına tipik bir örnek: Alaska'daki Eskimolar için söylenir, karşılıklı birbirlerinin omuzundan aşırarak işerlermiş ve bunu günlük davranışların tersyüz edilmesi, bir tür parodi olarak görürlermiş.

***C.T.:*** Nasıl yani, hani bizde uğur olsun diye sahneye çıkarken üç kere omuz üzerinden tükürürler, bunlar da üç kere omuz üzerinden mi işiyorlar?

***Dr. Hauschild:*** Çok ilginçtir, çok sayıda batıl inançların ya da günlük alışkanlıkların tiksinilen bir şeyle ilintisi vardır. Örneğin tükürme gibi veya "içine etti" deyiminde olduğu gibi. Böyle şeyler bizde hâlâ devam ediyor. İğrençliklerle uğraşmak, başka toplumlarda büyük toplumsal ritüellerle dile getirilebilmiş; tiksinti sorununu irdeleyebilmişler. Tiksintiyi öne çıkarıyorlar, seyircide kasıtlı olarak tiksinti uyandırıyorlar. Bu bizim yapmadığımız bir şey. Biz daha ziyade tiksintiyi örtbas ederiz, bütün olayı tuvalette bırakır, kapıyı kaparız.

***C.T.:*** Evet. Peki, tiksinti dışında idrarın anlamlı olarak kullanıldığı bir yer var mı? Örneğin zanaatte?

***Dr. Hauschild:*** Evet, idrarın temizlikte ve zanaatte kullanım yeri var. Özellikle de su kıtlığı olan toplumlarda, idrar ve deve idrarı el altında hazır bir sıvı olarak, yıkama işinde kullanılır. Böcek ısırmasına karşı da ovmak için işe yarar. Pislik sürmek de bununla bağlantılıdır. Şunu da söylemek gerek: İnsan idrarı bu toplumlarda da iğrenç bir şey olarak kabul edilir ve bu yüzden deve idrarı tercih edilir.

***C.T.:*** Örneğin Romalılarda olduğu gibi yıkama ve temizlik işinde, özellikle saç yıkamada idrar kullanılır mı?

***Dr. Hauschild:*** Evet, bunun sayısız örneği var: Söz gelimi Güney Sudan'da Dinka kabilesi. Bir Afrika toplumu. Bunlar böcek sokmasına karşı idrarla yıkanıyorlar ve deve pisliğinden yaptıkları bir karışımı sürüyorlar. Pek çok kızılderili kabilesinde -artık yapmadıklarını sanıyorum- şöyle bir alışkanlık vardı: Önce iyice bir terliyorlar, sonra idrarla yıkanıyorlar, arkadan temiz su dokunuyorlar, böylece tam bir temizlik oluyor.

***C.T.:*** İdrar kullanılan veya idrardan faydalanılan, şimdiye kadar saydıklarımızdan başka işler de var mıdır?

***Dr. Hauschild:*** Sanıyorum, doktorlar da bize bir şeyler anlatacaklar. İdrarın tam tahlili, tıptaki yeri gibi. Fakat başka ne gibi kullanımları olduğu doğrusu aklıma gelmiyor. Çünkü etnologların araştırdığı geleneksel kültürlerde genellikle meslekler ayrımları yoktur. Bu manada herkes bir el sanatıyla uğraşır ve söylendiği gibi idrarın sayısız kullanım yeri vardır. Balina yağının idrarda mayalandırılması, yumuşatmak için derilerin idrarla tabaklanması, vs.

***C.T.:*** Peki, bu *altın macunu* hakkında bir şey biliyor musunuz?

***Dr. Hauschild:*** Evet bu efsanevi bir yapıştırıcıdır. Bugün bizlere de hep harika yapıştırıcılan önerirler. Avrupa'da çok eski bir gelenekten söz edilir, güya uygun zaman ve koşullar altında idrardan her şeyi yapıştırabilecek bir macun elde edilebilirmiş. Fakat şunu söylemek zorundayım, burada idrarın kimyasal özelliklerinin bir rol oynadığını sanmıyorum, aksine birçok mucize çarenin alışılmamışlığı ve iğrençliği etkili oluyor. İdrar bütün toplumlarda -insan idrarı en azından- tiksindirici ve haram sayılır. Gene de çeşitli biçimlerde bundan yararlanılır. İşte böyle harika zamklar yapmak, büyü yapmak, büyü bozmak gibi...

***C.T.:*** İnsanın kendi idrarını kullanması konusunda bildiğiniz bir şey var mı?

***Dr. Hauschild:*** Burada insanın kendi idrarını içmesi hususunda pek çok örnek işittik: Üçüncü dünyanın geleneksel kültür toplumlarında buna daha az rastlanır.

***C.T.:*** Hindistan başbakanına ne dersiniz? Tüm dünya basınına yansıdı. Herhalde bunu yalnız bu adamın yaptığı düşünülemez.

***Dr. Hauschild:*** Hayır, Hindistan'da idrar içmenin rolü büyüktür. Çünkü burada idrar genelde zaten temizleyici bir sıvı sayılır. Ve ben, insan idrarından çok inek idrarına öncelik verildiği kanısındayım. O kutsal ineklerin idrarları. İneklerin dışladıkları her şey, pek çok gelenekte yer alır: Süt, tereyağı, idrar, inek dışkısı, kesilmiş süt. Bunlar, temizliği; temizlik ve

pislik düşüncesini sembolize ederler. İnsanın kendi idrarını içmesi de, bununla bağlantılı olarak ortaya çıkmıştır zannediyorum.

Sarmaşık ve mantarları ilaç olarak kullanan pek çok toplum vardır. Bunları kurutulmuş olarak bir kap içinde ıslatırlar, üzerine idrar dökerler, idrar burada ecza etkisi yapar. Vücudun kimyası ve tedavi edici ilaçlar konusunda esaslı bilgilerin bulunduğu belli oluyor. Çünkü idrar toplanıyor ve tekrar içiliyor. Fakat şunu bir daha tekrar edeyim, bu toplumların bizim yaptığımız gibi vücut atıklarından iğrenmedikleri anlamına gelmez. Bu özel bir durum sayılmalıdır. Bu ilaca gereksinim vardır ve insan kendi idrarını içer.

***C.T.:*** Fakat başka bir ilinti daha olmalı. Çinli çocukları düşünün, arkası önü açık pantolonlar giyerler ve ortalıkta dolaşırken rastgele çömelip işlerini görürler, bez falan bağlanmaz, bu durum böyle şeylere karşı bambaşka bir bakış olduğunu göstermez mi?

***Dr. Hauschild:*** Ben pek emin değilim. O zaman bir Çinli'ye idrar ve dışkı hakkında ne düşündüğünü sorun. Size pek hoş şeyler anlatmayacaktır. Bu tiksindirici vücut atıklarının ne yapılacağı ve nasıl ortadan yok edileceği başka bir konu. Bunun için çok çok değişik alışkanlıklar var. Ben bu konuda Çinlilerin daha gevşek olduğunu düşünemem. Örneğin çocuklarına çok sert bir tuvalet terbiyesi verirler. Nereye yapıp nereye yapamayacaklarını kesinlikle öğretirler. Yani sorun idrarın ve dışkının tek bir bölgeye, tuvalete kapatılması değil, nereye yapılıp nereye yapılmayacağının kesin kurallara bağlanması ve kime, ne zaman izin verildiğidir. Bütün toplumlarda bu iş için gayet sıkı düzenlemeler vardır. Başka türlü ele aldığımız için bize biraz rahat görünen toplumlarda bile vardır.

***C.T.:*** Bizim bu konuyu tiksinmeden de işleyebileceğimizi düşünür müsünüz?

***Dr. Hauschild:*** Evet düşünürüm. Bu kötü bir şey değil, özelliği olan bir sıvı. Bence, kendiminki bana hiç nahoş gelmiyor. Ama başkalarınınki hoş değil.

***C.T.:*** Evet, ama örneğin kendi idrarınızı içtiğinizi düşünseniz...

***Konuk bayan:*** Ooo yooo, bunu istemem. Hayır, hayır şarap, bira, şampanya içerim daha iyi. Fakat bir hanım arkadaşımın parmak mafsallarında artroz vardı, üzerine kendi idrarını dökmüş, çok iyi geldiğini söyledi. İyileşmiş, idrarın etkisiyle mi, bilemiyorum. Ben kendim hiç denemedim.

***C.T.:*** İdrarın içinde başka türlü bir şeyler olacağı hiç aklınıza gelmiş miydi?

***Konuk bayan:*** Doğru, doğru çok okudum, bu konuda yeterince broşür var.

***C.T.:*** Nasıl? Nereden buldunuz? Biz de aradık ama pek bir şey bulamadık.

***Konuk bayan:*** İdrar tahlili için doktora gidince, o zaman içinde ne olduğunu öğreniyorsunuz.

***C.T.:*** Anlatın biraz.

***Konuk bayan:*** Evet, gerçekten içinde demir ve daha bir sürü şey var. Profesör beylere veya doktorlara sorun. Ben bütün ayrıntılarını söyleyemem. Fakat idrarın sadece sudan ibaret olmadığı besbelli.

***C.T.:*** İdrara karşı böyle rahat konuşmanızı nasıl açıklarsınız, ya da diğer insanların da sizin gibi tiksinti duymadıklarını mı düşünüyorsunuz?

***Konuk bayan:*** Başkalarının ne düşündüğünü, ne hissettiğini bilmem. Sadece kendi hesabıma konuşabilirim. Ama müthiş bir tiksinti için ne hissedilebilir. Gerçekten eskiden çocuklara "Ööö kaka" denirdi. Fakat yetişkin insan düşünmeye başlayınca, bunun normal bir şey olduğunu biliyor. Ben de çok normal bir şey olarak görüyorum.

***C.T.:*** Evet zaten normal, herkeste var. Ama usullerimiz böyle.

***Konuk bayan:*** Hayır, herkeste var değil, herkes yapar...

***C.T.:*** Tamam. Var ve yapar. Fakat pek ender görülür değil mi?

***Konuk bayan:*** Aile dışında kimseninki görülmez. Sadece ineklerin ve domuzlarınkini gördüm.

***C.T.:*** Öyle mi, domuzlarınkini mi?

***Konuk bayan:*** Başkalarınınkini mutlaka görmek ister miydiniz? Ben buna can atmıyorum.

***C.T.:*** Öyle ya, bu kadar normal ise, kötü bir yanı olmazdı?

***Konuk bayan:*** İnsanlar ortalık yerde durup etrafa çiş yapsalar güzel olur muydu? Doğrusu benim estetik duyguma dokunurdu. Bundan hoşlanmam. Yani tuvaletler ve başka şeyler var, diyorum. Eğer hep birden bu işi yaparsak ortaçağa döneriz. O zaman evlerimizi, tuvaletlerimizi, banyolarımızı ve sıhhi tesisatlarımızı kaldırıp atabiliriz. Gerçekten bundan rahatsız olurum. Sadece hoş olmadığı için değil, biraz mahremiyet alanına girdiği için.

***C.T.:*** Evet, evet tamam. Ama bu hep böyle değildi. Bazı toplumlarda mahrem, bazısında değil.

***Kottuk bayan:*** Herhalde mahremiyet başka türlü algılanıyor, iğrençlik anlayışı da öyle. Bizde son 300-400 yıldır son derece değişti.

***C.T.:*** Güzel, bana isminizi de söyleyin!

***Konuk bayan:*** Adelheid Bugert.

***C.T.:*** Bayan Bugert, size çok teşekkür ederim. Şimdi yanımda Prof. Hans Schadewaldt oturuyor, kendisi tıp tarihi ile ilgili konular söz konusu olduğunda, sık sık bu programda bulundu. Bunun için herhalde bu konu üzerine bize anlatacakları olmalı, öyle değil mi?

***Prof. Schadewaldt:*** İdrar üzerine saatlerce ders verilebilir. Zira şimdi dinlediğimiz gibi, idrar, insanlığın her devrinde teşhis ve tedavi için son derece önemli olmuştur. Bunu etnologumuz kadar başlangıçta Herr Esser de belirtti. İnsanlar çok farklı sebeplerden idrara daima özel bir önem vermişlerdir.

***C.T.:*** Haklı mı, yoksa haksız olarak mı?

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, kesinlikle haklı olarak. Bir şeker hastalığının teşhisi örneğini düşünüyorum da. Aslında bugün hâlâ kural olarak idrardaki şekerle teşhise varılıyor.

***C.T.:*** Doktorların eskiden hastalarıyla ilgilenirken, birinin şeker hastası olup olmadığını anlamak için idrarından bir damla tadacak kadar ileri gittikleri doğru mudur?

***Prof. Schadewaldt:*** Ben de aynı örneği verecektim. Antik dönemde ve Hindistan tababetinde bir usul vardı: Eğer bırakılan idrara böcekler ve karıncalar hücum ederse, o kimse şeker hastası olabilirdi. Bu tamamen unutuldu. 1600 yıl boyunca idrarın tatlı olabileceği hiç akla gelmedi. Ve sonra tam 1672 yılında bir İngiliz parmağını daldırdı. Ve birden bazı hastaların idrarının bal gibi tatlı olduğunu fark etti. İşte, isterseniz bunu ilk modern idrar tahlilinin başlangıcı sayabiliriz.

***C.T.:*** Tadına bakmış mı?

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, ama ancak 1672'de. İdrara bakmak, bundan da çok söz edildi, ortaçağdan beri doktorların kullandığı bir teşhis metoduydu. Nabız saymak ve idrara bakmak: İki temel yöntem.

***C.T.:*** Şu son yüzyıla kadar, doktorların hastalarının idrarlarını içtikleri söylenen geçmiş dönemleri düşündüm gerçekten.

***Prof. Schadewaldt:*** Evet bu doğru. Büyük bir yudum değil, ihtiyatlı bir tadış. İdrarın içinde şeker olduğu öğrenildikten sonra, idrarda şekeri belli edecek daha iyi bir formül bulununcaya kadar, parmağı içine daldırıvermek yeterliydi.

Bu usuldendi. Hatta ders olarak öğretilirdi. Öğrenci çekingenliğini yenmek zorundaydı. Tıpkı anatomi dersindeki gibi. Öğrencinin bilgi düzeyi için resmen gerekliydi.

***C.T.:*** Yani idrarı tatmasını öğreniyorlardı?

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, bunun hakkında bir yığın kitap vardır. İdrarın içeriği, rengi, tortu değişikliği ve tadı teşhis edilmek zorundadır.

***C.T.:*** Yaa, öyle mi, yani bu adeta şarap tatmak gibi bir şey?

***Prof. Schadewaldt:*** Bunun için bir liste vardır, evet.

***C.T.:*** Listede neler var?

***Prof. Schadewaldt:*** İçinde resimler de vardır. Hatırlıyorum, karahumma denen bir hastalıkta idrar koyu renkte siyaha yakın olurdu. Sıtma sonucu görülen bir hastalıktır.

***C.T.:*** İdrar başka ne renklerde olabilir?

***Prof. Schadewaldt:*** Öncelikle kırmızı olabilir. Vaktiyle sülfanomid iğnesi yaptığımız zaman, hasta birden idrarının rengi kırmızı oldu diye yakınmaya başlayınca, doktorlar çok sevinirlerdi, çünkü hastanın ilaca cevap verdiğini anlarlardı.

***C.T.:*** Yani kontrol mekanizması.

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, bu çok önemlidir, İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra idrardan penisilin elde etmek işi de var. Bizim Almanya'da penisilin kalmayınca, doktorlar Amerikalıların tedavi ettiği hastaların idrarlarından yeniden penisilin elde ettiler. Böylece bu penisilini kendi hastalarına kullandılar.

***C.T.:*** Olduğu gibi mi, yoksa zahmetli bir işlem mi gerektiriyordu? Hemen iğne mi yapılıyordu, nasıl?

***Prof. Schadewaldt:*** Hiç de öyle zahmetli bir iş değildi. Sadece konsantre ediliyordu ve ağır hastaya zerk ediliyordu.

***C.T.:*** Tıp tarihinde idrarla daha başka neler yapılmış?

***Prof. Schadewaldt:*** Hemen şimdi burada Münstereifel örneğini verebilir miyim? Hiç kuşku yok ki, zaten söylendi, idrar bir zamanlar sanki bir çeşmenin yerini tutmuş. Yani insanlar onu bir sağlık koruyucu yerine içmişler.

***C.T.:*** Önlem olarak mı?

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, önlem olarak.

***C.T.:*** Kendilerininkini mi, yoksa başkalarınınkini mi?

***Prof. Schadewaldt:*** Mümkün olduğu kadar kendilerininkini. Bunu belirtmeliyim. Çok eskilere dayanan bir inançtır; vücuttan çıkan şeyi normal olarak tekrar geri göndermek, çok etkili, faydalıdır, çünkü idrar, vücudun bütün organlarındaki ana maddelerin bir konsantrasyonudur. Günümüze kadar süren bir düşüncedir bu.

***C.T.:*** Fakat insanlar çoğunlukla idrarın zehirli olduğunu düşünüyor.

***Prof. Scheidewaldt:*** Bakteriyoloji çağından beri böyle oldu. Robert Koch idrarda tifüs bakterisini bulduktan ve idrarın hastalık yayabileceğini açıkladıktan sonra, idrara bakış açısı değişti.

***C.T.:*** Demek öyle. Doktorlar da artık tatmaktan vazgeçtiler mi?

***Prof. Schadewaldt:*** O zamandan beri çiş yaptıktan sonra "ellerin yıkanması" bir sağlık düsturu oldu. Bakteriyolojinin keşfi ile birlikte idrarın tehlikeli bir hastalık bulaştırıcısı olabileceği öğrenildi.

***C.T.:*** Peki, idrar sterildir diyorlar, bu ne demek oluyor? Yani mikropsuz mu?

***Prof. Schadewaldt:*** Pratikte steril değildir. İçinde daima mikrop vardır. Fakat çoğunlukla zararsız saprofitlerdir. Sadece bazı hallerde -mesane iltihabı gibi- idrarda hastalık yapıcı olarak, çok sayıda bulunurlar.

***C.T.:*** O halde insanlar neden kendi idrarını içmek yüzünden yığınlar halinde ölüp gitmediler?

***Prof. Schadewaldt:*** Çünkü kendi bakterilerine karşı bağışıklıkları vardı.

***C.T.:*** Öyle mi, bu bakteriler vücuttan dışarı çıkıyor. Sonradan zararlı olmuyorlar mı?

***Prof. Schadewaldt:*** Hayır, zararı olmaz.

***C.T.:*** Ama insan tifüse yakalanmışsa, mikrobu tekrar almış olur?

***Prof. Schadewaldt:*** Hayır, insan kendi tifüsüne bir kere daha yakalanmaz.

***C.T.:*** Demek öyle, yani insan idrar içmesi gerekiyorsa sadece kendi idrarını içmeli. Bilmem siz de duydunuz mu, şu Sibirya halkı için söylenir; bütün içki meclislerinde alkolle karıştırılmış idrar içerlermiş.

***Prof. Schadewaldt:*** Bu bir fermantasyon işi. Daha bu sabah bu konu konuşuldu, idrar amonyak mayalaşmasına yol açıyor. Ve bu mayalanma esnasında bakteriler ölüyor.

***C.T.:*** Öyle mi?

***Prof. Schadewaldt:*** Yani mayalanmış bir idrar, mayalanmamıştan daha sağlıklıdır.

***C.T.:*** Yani şu çok fena kokan iyi. Yoksa kokmaz mı?

***Prof. Schadewaldt:*** Amonyak kokar. Bunu bütün tuvaletlerde fark ederiz değil mi? Hiç değilse yakın zamana kadar öyleydi. Buram buram amonyak kokardı.

***C.T.:*** Şimdi, Sağlık Bakanlığı'nın çevreyi ne kadar kirlettiğini açıkladığı tuvalet taşları kokuyor. Eskiden tababetin çok farklı yaklaşımları olmasına siz ne diyorsunuz?

***Konuk bayan:*** Şunu söylemeliyim, zaman değişiyor, insanlar değişiyor, her şey değişiyor. Eskiden insanların hastalıklarını tedavi etmek için çok başka koşullar vardı. Şimdi günümüzde modern şeyler var. Doktora gidiyorsunuz, size bir ilaç yazıyor ve "Evine git, bu ilacı al, iyileşirsin", diyor. Eskiden böyle bir imkân yoktu. İnsanlar basit şeylerle, idrar, dışkı, cerahat gibi vücuttan çıkan maddelerle tedavi olmaya çalışırlardı.

***C.T.:*** Konuşmanızdan sizin aslen başka bir kökenden geldiğinizi anlıyorum. Acaba neredensiniz?

***Konuk bayan:*** Ben biraz uluslararasıyım. Yunanistan'da doğdum, Yugoslavya'da büyüdüm, şimdi de Almanya'dayım.

***C.T.:*** Kendi vatanınızdan bildiğiniz bir şeyler var mı?

***Konuk bayan:*** Evet, mümkünse, kendi başımdan geçen bir şeyi anlatmak istiyorum. Yedi yaşlarındaydım, cerahatli bir göz iltihabı geçiriyordum. Gözlerim yapış yapıştı. İçleri kıpkırmızı, yanıyor, ağrıyordu. Çevremdekiler ne yapacaklarını bilemiyorlardı. Sonra annem uzun uzun düşündü ve dedi ki: "En iyisi sen her sabah bir parça pamuğa çişini yap ve gözünü sil." Gerçekten de üç-dört gün içinde cerahat kayboldu. Sadece gözlerimde biraz kırmızılık kaldı. Bir hafta kadar sonra gayet normal görebiliyordum, bir daha da bir derdim olmadı.

***C.T.:*** Bu size komik geldi mi?

***Konuk bayan:*** Hayır hiç gelmedi.

***C.T.:*** Yedi yaşında bir çocukken gariplik hissetmediniz mi?

***Konuk bayan:*** Hayır, bugün de kullansam, hissetmem. Ara sıra yüzümde sivilce olursa idrarla yıkarım, sivilceler kaybolur.

***C.T.:*** Dinleyenlerimize bildirmem gerekiyor, çok güzel bir cildiniz var. Konuşmamızın bu noktasında Herr Prof. Renner'i de dahil etmek istiyorum. Siz bir nefrolog, yani böbrek uzmanısınız ve bize idrarın içinde neler olduğu ve bugün tıpta idrarın gelenekselleşmiş kullanımı hakkında belki tam bir bilgi verebilirsiniz. Ama artık işeyerek tedavi olmuyor, değil mi?
***Prof. Renner:*** Hayır. O yok artık. İçinde ne olduğunu sordunuz:

Kesinlikle % 90-95 sudur. Sonra az önce söz edilen tuzlar gelir: potasyum, kalsiyum, sodyum, yani yemek tuzu. Sonra protein bulunur, sağlıklı idrarda çok azdır, eğer çoksa kötü demektir.

***C.T.:*** İdrar o zaman süt gibi bulanık mı oluyor?

***Prof. Renner:*** Öncelikle o zaman köpürür. Ve köpük, bir arada olduğu gibi üstte kalır. Ayrıca vücudun metabolizma sonucunda ayırdığı ve atmak zorunda olduğu birtakım atık maddeler de idrarda bulunur. Sonradan mayalaşıp amonyak kokusu yayan da bunlardır. Ve tabii sonradan yararlı olabilecek maddeler de vardır. Bunlar hormonlardır. Vücudun bağışıklık

kazanmasını sağlayan protein maddeleri de idrarın içindedir. Fakat şunu söylemek gerekir ki, bugün elimizdeki ilaçlara kıyasla idrarın içerdikleri çok cılız kalır. Fakat çok eskiden daha iyi bir çare olmadığı için, herhalde iyi yapmışlar.

***C.T.:*** Peki, şimdi bayanın yüzünde sivilce çıkınca idrarı pamuğa döküp yüzünü silmesini bir büyü gibi mi karşılıyorsunuz yoksa gerçekten yararı var mıdır?

***Prof. Renner:*** Evet, içindeki tuz eriyiği olabilir. Bunu normal bir tuz eriyiği de yapmaz mıydı, asıl sorun burada. Ve daha önce sözü edilen difteri örneği gibi. Gerçekten etkisini göstermiş. Acaba normal bir tuzlu su veya kaynatılmış bir kök suyu da boğazdaki tıkanıklığı açmaz mıydı? Bunun gerçekten idrarın marifeti olduğu veya idrarın içindeki maddelerden ileri geldiği inancında oldukça mistik bir yan var.

***C.T.:*** Bugün tıbbi teşhis ve tedavide idrarın yeri nedir? Tedavide hiç mi yok artık?

***Prof. Renner:*** Pek öyle denmez. Önce, başlarken şunu belirtelim, idrarın içinden önce ayrılan ve sonra kazanılıp tekrar tıpta kullanılan maddeler, örneğin hormonlar vardır. Bir örnek vereyim: Kan pıhtılaşmasına iyi gelen bir madde var. Damardaki pıhtılaşmayı çözüyor. Bir insana yetecek kadarını elde etmek için, bir tabur askerden idrar almak gerekir, yeterince maddeyi elde etmek üzere.

***C.T.:*** Onlar bunu zaten gönüllü yaptıklarına göre, varsın yapsınlar.

***Prof. Renner:*** Fakat bunu çoğaltmak için yapılacak işlemleri düşünsenize!

***C.T:*** Bir Amerikan firmasının bunu şimdilerde yaptığını okudum.

***Prof. Renner:*** Bu başka bir şey. Bu artık pıhtı maddesi değil. Bunun büyüme hormonu ile ilgisi var. Fakat bu da oldukça zahmetli. Biliyor musunuz ne kadar çok miktarda olması gerekiyor ve imal işlemleri, bugün sentetik olarak yapılanlardan çok daha zahmetli. Yani bugün bu pıhtı maddesi sentetik olarak daha ucuz ve daha iyi yapılabiliyor ve aynı yararı sağlıyor.

***C.T.:*** Bu işlere harcanacak parayı da hesap edecek olursak ve toplum yararını düşünecek olursak galiba en iyisi hepimizin çişlerimizi fıçılara yapması ve kimya endüstrisine göndermesi olacak, yeniden faydalanılsın diye.

***Prof. Renner:*** Yoo, biliyor musunuz steril değil. İçinde bakteriler var.

***C.T.:*** Yaranın üzerine işenince iyileşmesi dedikodudan mı ibaret?

***Prof. Renner:*** Hayır, fakat bilir misiniz ki, her yara üzerine tuzlu bir eriyik dökülünce iyileşir, idrar da güzel bir tuz eriyiğidir.

***C.T.:*** Yani, demek ki doğru?

***Prof. Renner:*** Doğru olduğunu düşünebilirim, evet.

***C.T.:*** Prof. Schadewaldt, siz savaşa katıldınız.

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, iki buçuk yıl tutsak kaldım. Kolay geçmeyen bacak arası kaşıntılarına karşı veya kurşun yarasına karşı hep idrar kullandık. Elimizde başka bir şey yoktu.

***C.T.:*** Bacağınızın üzerine mi işiyordunuz?

***Prof. Schadewaldt:*** Herkes kendi bacağına veya sargı bezine işiyordu, evet.

***C.T.:*** Tekrar yıkıyor muydunuz yoksa öylece kalıyor muydu?

***Prof. Schadewaldt:*** Hayır, hayır üzerinde kalması gerek. Fakat kokuşuncaya kadar değil. Kokmaya başlarken sargı bezi değiştiriliyordu, idrar hep el altında olduğu için sorun değildi.

***Prof. Renner:*** Fakat bugün hemen üzerine tuz koyuyorsunuz.

***Prof. Schadewaldt:*** Fakat o zamanlar her şey çok zordu ve tutsaktık. Fakat şunu da söylemek isterim: Tropik bölgelerde çok dolaştım. Afrika kabilelerinden bir çoğunu tanırım, Etnolog bey de onayladı bu insanlar gerçekten günümüzde bile açık yaralarında idrar kullanıyorlar.

***C.T.:*** Peki, tıp bunu artık neden yapmıyor?

***Prof. Renner:*** Ah, bununla ilgili sorunları göze alamadığı için. Evvelce bilmiyorlardı. Başta da söylendi bakteriler zararlı da olabiliyor, zararsız da. önceleri bu bilinmiyordu. Bunu ciddiye alırsanız, denemeniz gerekir. Ve daha sorunsuz, basit çareler var. İdrar sorunsuz bir çare değil.

***C.T.:*** Son derece parçalayıcı gücü olan kimyasal bir madde olduğu açık.

# Soru Saati

Şimdiye kadar dinlediyseniz veya dinliyorsanız belki bundan böyle idrara başka bir gözle bakarsınız. Programa katılanlar:

***Robert Esser:*** Robert Esser. Rupperath'da dokuma tezgâhımız var.

***C.T.:*** Bu yüzden bu konuyla çok ilgilendiniz.

***Hermann Becker:*** Hermann Becker. Marburg Üniversitesi'nde bilimsel ressamım.

***C.T.:*** Siz de bu konuyla, özel olarak ilgileniyorsunuz.

***Prof. Rita Falke:*** İsmim Rita Falke. İdrar ile mesleki veya başka türlü hiçbir ilgim yok. Beni buraya getiren, dinlediğim bir şeyi hatırlamam oldu.

***C.T.:*** Bunun için bana mektup yazdınız. Ne profesörüsünüz?

***Prof. Falke:*** Filoloji, idrarın hiç sözü geçmez.

***Heinz-Peter Mielke:*** Mönchengladbach'daki Grefrath Açıkhava Müzesi' nin müdürüyüm. Adım Heinz-Peter Mielke.

***Dr. Hauschild:*** Köln Üniversitesi Halk Bilimleri Enstitüsü'nden Thomas Hauschild.

***Prof. Schadewaldt:*** Hans Schadewaldt, Düsseldorf'ta Tıp Tarihi

profesörü.

***Prof. Renner:*** Eckehard Renner, dahiliye uzmanı, böbrek hastalıkları ile ilgileniyorum. Yani, genellikle idrar tutukluğu ile.

***C.T.:*** Sizi daha önce takdim etmedim. Yunan asıllı olduğunuzu söylemiştiniz.

***Konuk bayan:*** Klara Herb. Bir Alman'la evlendim. Şimdi ismim Herb.

***C.T.:*** Haberlerden önce siz sivilceleri kendi idrarınızla iyileştirdiğinizi söylemiştiniz. Bunu nasıl yapıyorsunuz?

***Konuk bayan:*** Sabah kalktığım zaman ilk idrarı alıyorum, içeriği açısından en verimli zamandır. Akarken almak gerekir, içine bakteri karışmasın diye. Sonra hemen yüzü yıkamalı, kurumaya bırakmalı, biraz sonra da krem sürmeli. Hepsi geçer.

***C.T.:*** Arkasından hiç su kullanmıyor musunuz?

***Konuk bayan:*** Hayır, hayır, hele bugünkü sular hiç iyi değil.

***C.T.:*** Sanırım radyo dinleyenler, kokacak diye düşünüyorlardır.

***Konuk bayan:*** Hayır, kesinlikle kokmaz. Bu sadece kuruntu, insanlar bugün her şeyden iğreniyorlar. Bu çok yanlış. İnsanın kendisiyle daha çok ilgilenmesi gerekir. Dışarı attığımız her şeyle.

***C.T.:*** Sizin kaymak gibi bir cildiniz var. Kaç yaşındasınız?

***Konuk bayan:*** Kırk dokuz.

***C.T.:*** Kırk dokuz yaşındasınız. İnsan cildinize bakıyor da. Harika bir şey. Ne kadar zamandır bunu yapıyorsunuz?

***Konuk bayan:*** İdrarı kozmetik olarak mı? Çok seyrek, çünkü pek sık sivilce olmaz, herhalde idrar uzun süre cildi sağlam ve dayanıklı tutuyor olmalı.

***C.T.:*** Sizin söylediklerinizden hemen bir soru çıkarabilir miyim. Zira doktorlar da daima sabah idrarını isterler. Profesör Renner, sabah idrarındaki bu özellik nedir?

***Prof. Renner:*** Bayan'ın söylediği gibi, içinde çok şey vardır. Çok fazla şeyler bulabilirsiniz. Gece boyunca oluşmuş hastalık belirtilerini bulabilirsiniz. Bu yüzden sabah idrarı önemlidir. Bayan'ın tıbbi açıdan doğru yaptığı bir şey de, akarken orta idrarı almak, çünkü ilk ağızda bakteri açısından tehlikeli olan akmış olur. Orta idrar en iyisidir.

***C.T.:*** Peki, tehlike ne oldu? Siz bunu vurguladınız. Ne kadar tehlikeli? Bayanın böyle güzel bir teni olmasına ve yaşıyor olmasına şaşmıyor musunuz?

***Prof. Renner:*** Hayır, idrar o kadar da tehlikeli değil. Fakat şunu daima söylemek gerek, içinde bakteriler vardır ve idrar yaparken içine bakteriler karışabilir ve ilk akanda en fazla bulunur.

***C.T.:*** Profesör Schadewaldt'ın anlattıkları ne anlama geliyor? İnsanın vücudundan attığı, kendi bakterilerinin tehlikesiz olması yani...

***Prof. Schadewaldt:*** Sanıyorum burada görüşlerimiz farklı. Ben hâlâ aynı tezi savunuyorum. Fakat galiba modern nefroloji, bakterilerin vücuttan çıktıktan sonra değişebileceği ve vücutta iken yaptığı etkiden başka türlü bir etki yapabileceği görüşünde.

***C.T.:*** Yaa, demek siz büyük ölçüde tehlikeye inanmıyorsunuz?

***Profesör Schadewaldt:*** Ben idrarın başkaları için tehlikeli olduğuna inanıyorum.

***C.T.:*** İnsanın kendi idrarının tehlikesine inanmıyorsunuz yani?

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, çok fazla değil. Gerçi ürosepsis denilen, insanın kendi idrarı ile zehirlenmesi olayı vardır. Bu da oluyor.

***C.T.:*** Bu ne zaman oluyor?

***Prof. Schadewaldt:*** Bunlar ender vakalardır, idrar çıkmaz, böbrek çalışmaz, bakteriler böbrek havuzcuğu içinden kana karışırlar, o zaman bu durum görülür.

***C.T.:*** Demek öyle. Fakat insanın kendi idrarım içmesinden dolayı değil yani.

***Prof. Schadewaldt:*** Hayır, böyle bir vaka görmedim, içtiğiniz zaman yeterince ürikasidiniz varsa zaten sorun yok. Çünkü bütün bakteriler ölür.

***C.T.:*** Demek oluyor ki, içmek hiç de tehlikeli değil?

***Prof. Schadewaldt:*** Hayır, muhtemelen değil, büyük olasılıkla değil.

***C.T.:*** Siz Profesör Renner bunu hiç denemediniz mi? Bunun için mi bilmiyorsunuz?

***Prof. Renner:*** Bunun için bir sebep de görmüyorum.

***C.T.:*** Eh, böylece teniniz güzelleşecek olsa -zaten bu sadece dıştan bir tedavi, içten değil.

***Konuk bayan:*** İnsanın bademcik sorunu varsa, pahalı ilaçlar, kuvvetli kimyasal maddeler alacağı yerde, birkaç kere idrarla gargara yapsın daha iyi, rahatsızlığı geçiverir.

***C.T.:*** Bademcik iltihabına karşı idrarla gargara yapmaya ne diyorsunuz? Nefroloğumuz bu konuda bir şey bilmiyor mu?

***Prof. Renner:*** Evet, maksat gargara yapmaksa, idrar olması şart değil, başka bir şey alırım.

***C.T.:*** Gene iğreniyorsunuz. Fakat iki dakikacık iğrenmeseniz, faydası olmaz mıydı yani?

***Prof. Renner:*** Benim görüşüme göre tuzlu suyun ne kadar faydası varsa o kadar olurdu.

***C.T.:*** Ama bunun içinde tuzlu sudakinden daha başka şeyler de var. Tuzlu suda sadece tuz var.

***Prof. Renner:*** Bakın, bademcik iltihabı varsa, bademcikleriniz şişmiştir bunu görürsünüz. Bu şişkinliğin -ödemin boşalması gerekir. Bunu tuzlu su ile halledebilirsiniz. Mutlaka idrar olması gerekmez. Elbette idrarla da olur. Ama zorunlu değil.

***C.T.:*** Belki de idrar ucuza geliyor? İnsanlarda bedava alabilecekleri şeylere karşı bir eğilim vardır. "Bedava sirke baldan tatlıdır" der atasözü?

***Prof. Schadewaldt:*** Bir şey daha ekleyebilir miyim? Hastalık oluşturan maddelerle yapılan homeopatik bir uygulama daha vardır. Hastalık oluşturan maddeler *(nosod),* içinde -çok az miktarda da olsa- koruyucu madde var olduğu düşüncesiyle kısmen idrardan elde edilir. Fakat şimdiye kadar, çok az miktarda oluşundan veya ufaklıklarından dolayı, bilimsel olarak ispat edilmemiştir. Fakat bu tez ortadadır ve çok etkili olarak kullanılan nosod ilaçları var.

***C.T.:*** Sanıyorum bu konuda Bay Becker daha çok bilgi sahibi.

***Becker:*** Evet, bunların bir frekans etkisi vardır. Bu Dr. Tropp'un bir bildirişidir. Özellikle homeopati için bunu ortaya atmıştır.

***C.T.:*** Bunu neye karşı kullandı?

***Becker:*** Örneğin böbrek hastalıklarına karşı nosodlar vardır.

***C.T.:*** Nosod ne demek?

***Becker:*** Bunu dilimize çevirirsek, "hastalık maddeleri" anlamına gelen bir sözcük. Şöyle bir şey, bir hastalık maddesi, basit anlatımla, yüksek oktava çevrilir ve ters etkiye yol açar. Ben, kendimde bu tür ilaçları denedim, hem de şaşılacak kadar başarılı oldu.

***C.T.:*** Bunu nasıl yapıyorsunuz?

***Becker:*** İçtim ve kendime deri altından enjekte ettim. Örneğin grip: Bir keresinde V-2 gribine yakalanmıştım. Hızla bir buçuk saatte geçti.

Tamamen iyileştim. Başağrısı filan hiç kalmadı, işte mesele bu: İdrarın nosoden bir etkisi var.

***C.T.:*** Peki bunu nasıl elde ettiniz?

***Becker:*** Nosodları ilaç firmalarında bulabilirsiniz.

***C.T.:*** Yani insanın mutlaka kendi idrarını kullanması gerekmiyor?

***Becker:*** Hayır, hayır ilacı satın alırsınız. Bütün belli başlı hastalık maddelerini, bütün virüsleri ve bakterileri nosod olarak elde edebilirsiniz.

***C.T.:*** Tıp doktorumuzun itirazı mı var?

***Prof. Renner:*** Hayır, hayır yok. Hayır, bunların etkili maddeler olduğuna inanıyorum. Sorun sadece neyin, ne zaman kullanılacağıdır. Eğer yaşamınızı tehdit eden akut bir hastalığınız varsa, o zaman daha uzun zaman gerektirdiği için, nosodlar etki açısından yavaş kalır. Yani eğer bir türlü atlatamadığınız bir hastalıksa ve vücudunuza bir destek vermek gerekiyorsa, o zaman bunu yenmek için elimizde bütün bir homeopati ve homeopatik usullerle kullanılan etkili maddeler var. Buna bir itirazım yok; hayır.

***C.T.:*** Anlaşıldı. Bayan Herb, siz bize çok ilginç fikirler verdiniz. Doğrusu merak ediyorum, acaba kaç kişi bundan böyle falan filan krem yerine idrar kullanacak? Şimdi biraz da yana döneyim.

***Konuk bay:*** Evet, ismim Freddy Kirchner. Benim çok özel bir sorum var. Gördüğünüz gibi biraz seyrek saçım var, acaba buna çare var mı, diye merak ettim. Başımı idrarla ovarsam yeniden saç çıkar diye umutlanabilir miyim?

***C.T.:*** Doktor ve etnolog ne diyecekler bakalım?

***Prof. Schadewaldt:*** Ben bir tek şey söyleyebilirim. Romalı hanımlar idrarla saçlarını sarartmayı, rengini açmayı denemişlerdi. Çünkü Roma'da sarı saç çok tutuluyordu.

***C.T.:*** Başarılı oluyor muydu?

***Prof. Schadewaldt:*** Hayır, bunu kesin olarak söyleyemem. Çünkü uygulama yaptıramadım. Fakat, sanırım mutlaka bir doğru yanı vardı. Roma'daki hayat kadınlarının saçları sarıydı.

***C.T.:*** İdrar sayesinde mi?

***Prof. Schadewaldt:*** Evet, kısmen idrar, kısmen doğuştan, kısmen de kına ile boyanarak.

***Prof. Hauschild:*** Bunlar idrar kullanan Romalı hanımlar değildi, dışarıdan getirilip, hayat kadınlığına zorlanmış kötü kadınlardı.

***Prof. Schadewaldt:*** Hayır, sanıyorum, idrar kullanan Romalı hanımlar Özgür Romalılardı. Fakat tekrar geri dönelim, ben hiçbir yerde idrarla baş ovulunca erkeklerde yeniden saç çıktığım görmedim ve okumadım. Tavsiye etmem.

***Dr. Hauschild:*** Bunu, Üçüncü Dünya ülkelerindeki geleneksel kültürlerde saç bakımında kullanmıyor olmalarını çok ilginç buluyorum. Zira kabak kafalı olmak, yaşlılığın saygınlık alameti sayılıyor. Böylece de bir sorun yaratmıyor.

***C.T.:*** Fakat, Eskimolar saçlarını idrarla yıkıyorlar ya?

***Dr. Hauschild:*** Evet ama burada idrar gene temizlik maddesi rolünde.

***C.T.:*** Yani sabun yok, sadece idrar. Etkili oluyor muymuş, nasıl?

***Dr. Hauschild:*** Yoo, arkadan tekrar yıkanıyorlardı.

***C.T.:*** Bay Esser?

***Esser:*** Evet, biz hepsine biraz tersten bakıyoruz. Durum şu: Amonyak oluşuyor. Ve amonyak saçtaki yağ ile birleşince, sabun oluşuyor. Amonyak alkalik sabun. Eski çağlarda bunu kullanmışlar. Örneğin Araplar kirli saçlarına yağ sürerlerdi. Sonra bunu temizlemek için deve idrarı kullanırlardı. Deve idrarı içindeki amonyak ile saçtaki yağ birleşince sabun oluşuyordu. Böylece saç yıkanıyordu. Fakat biz asıl konuya gelmedik, Seck-Turm. Bu kule ne maksatla kullanılıyordu. Yani boyamacılıkta.

Demek ki geçen yüzyılın ortalarına kadar boyama işi idrarsız yapılamıyordu. Ancak sodyum-hidrosülfît bulunduktan sonra, idrarın yerine geçen bir madde oldu. Bu gerçek. Çünkü boyama sırasında oksidasyonun önlenmesi gerekir.

***C.T.:*** Yani bu, renk koyulaşır mı demek?

***Esser:*** Küp boyasını 6000-7000 yıldan beri İranlılar ve Hintliler kullanıyordu. Önceleri indigodan: İndigonun özü çıkarılıyordu.

***C.T.:*** İndigo bir bitki.

***Esser:*** Evet, bu bitkinin özünden alınan usare idrarla mayalandırılıyor ve sarı bir küp boya elde ediliyordu. Mayalandırma küp denilen kaplarda yapılıyordu. Sonra içine kumaş veya yün batırılıyordu. İdrar, boyanın okside olmasını önlüyordu. Kumaşın veya yünün boyayı emmesinden sonra, bunlar açık havada asılıyordu. Küpün sarı renkli sıvısı, yani sarı renk havadan okside oluyor ve maviye yani indigoya dönüşüyordu. Zira indigonun aslı doğal olarak sarıdır.

***C.T.:*** Yani idrardan geçtikten sonra mavi oluyor.

***Esser:*** Hayır, idrardan ayrıştıktan sonra, idrar boyanın erken tespit olmasını engelliyor. Esas rengi oksidasyon veriyor. Avrupa'da aynı işlemi çivitotu ile yaparlar. Avrupa'da ünlüdür. İndigo Avrupa'ya ancak 16. yüzyılda ithal edildi. Bad Münstereifel kumaş üreten bir kent olduğundan küp boyalar burada vazgeçilmez şeylerdendi.

***C.T.:*** Peki, Seck-Hannes komşuların idrarlarını toplayıp buraya getirdikten sonra Seck-Turm'da neler oluyordu?

***Esser:*** Sonra boyacılar idrarı alıp küplere boşaltıyorlardı. Mayalanmasını bekliyorlardı. Çok ilginçtir: 1966 yılında İngiliz hükümeti bir genelge yayınlıyor: Ünlü Harris-Tweed'leri, ki bugün bile çok pahalıdır, orijinal-tüviti *hebridler* geleneğe uygun olarak hazırlarlar.

***C.T.:*** Yani insan idrarı ile mi yapılıyor?

***Esser:*** Gayet tabii. Sadece insan idrarı ile boyanır ve yıkanır.

***C.T.:*** Şok olduk, değil mi?

***Konuk bay:*** Fakat bunun benim saçıma hiç yararı yok.

***C.T.:*** Evet sizin saçınıza yararı yok. Belki de var: Artık kelliğinizle gurur duyabileceğinizi biliyorsunuz.

***Konuk bay:*** İyi, bundan sonra gurur duyarım. Teşekkür ederim.

***C.T.:*** Dr. Mielke Herc Esser'e bir şey söylemek istiyor.

***Dr. Mielke:*** İdrardan başka şeylerin de deri tabaklamakta kullanıldığı herhalde olmuştur. Yani öncelikle aklıma şap geliyor. Herhalde geri kalmış bölgelerde idrarın kullanılması uzun süre devam etmiştir diye düşünüyorum, ama başka yerlerde kimyasal maddeler kullanılmıştır.

***C.T.:*** Bay Esser?

***Esser:*** Hayır kimyasal maddelerin kesinlikle 1860'dan sonra kullanılabildiği ispatlanmıştır. En başta da indantren boya maddeleri, Anilin boyaları bulunduktan soma. Geçen yüzyılın sonunda idrarın yerini tutabilecek tek tek madde Sodyumsülfıt idi. İdrarın yerini aldı. Oksidasyonu o önledi. Başka bir madde yoktu.

***C.T.:*** Sıra sizde.

***Konuk bayan:*** Evet ismim Ingrid Sena. İdrarla neler yapıldığı konusunda bu kadar çok şey dinledikten sonra, idrarın nasıl oluştuğu doğrusu ilgimi çekti. Belki uzmanlar bir şeyler söylerler.

***C.T.:*** Bu soru için size özellikle teşekkür ederim.

***Prof. Renner:*** Evet bu çok karışık bir olay. Böbrekte süzücü cisimcikler var. Bunlar kılcal damarlardır.

***C.T.:*** Süzücü cisimcikler? Yani süzgeçler?

***Prof. Renner:*** Evet, bunlar kan damarlarıdır ve böbrek kanın içinden bir sıvı süzer, ayırırlar, işte bu idrar olur, hem de günde 180 litre kadar tutar.

***C.T.:*** 180 litre mi! Biz bunu nerelere bırakıyoruz?

***Prof. Renner:*** Onu bu sahneye bile sığdıramazdınız. Bunun için her biri 10'ar litrelik 18 kova dizmeniz gerekirdi. 180 litrenin 178.5 litresi vücut tarafından tekrar emilir, yani sadece 1,5 litresi idrar olur.

***C.T.:*** Yani bu hep böyle dolaşır mı? Vücudumuzda ne kadar sıvı var?

***Prof. Renner:*** Evet, 5 litre kanımız var, bunun % 40'ı zaten su; hatta biraz daha fazlası sanıyorum. Böbrek bunu sürekli emerek kana karıştırır ve bu tekrar tekrar süzülür. Yani bunu şimdi endüstriye uygulayacak olursak, %1 oranında atık suyla, daha da azdır ya, hiç atık su problemimiz olmazdı ve Kuzey Denizi'nde rahatça yüzerdik.

***C.T.:*** Dahiyane buluş.

***Prof. Renner:*** Evet, çok güzel değil mi? Böbrekte ayrıca değişik yerler vardır vücudun gereksinimine göre tuzu tutar veya geri gönderirler.

***C.T.:*** Bir dakika, burayı tam olarak anlamadım. Yani şimdi kan Önce böbreğin çevresinden, sonra içinden geçiyor. Fakat ayrıca atık su sistemine ulaşan incecik kanalcıklar var, öyle değil mi?

***Prof. Renner:*** Evet, doğru. Bunu şöyle düşünün. Kalın bir kan damarı böbreğe giriyor. Devamlı kollara ayrılıyor ve sonunda da bu süzgeççikler bulunuyor. Bunları mikroskop altında görebilirsiniz.

Her böbrekte bir milyon adet vardır, bunlar sanki damar haznecikleridir. Filtre edecek olan yüzey geniş kalsın diye böyledir. Ve kan basıncı sayesinde, bu küçücük süzgeççiklerden kanın içindeki sıvı süzülür. Sadece basınçla olur bu. Fakat bu işte o 180 litre olan ilk idrardır. Daha sonra işlem görecektir. Büyük kısmı tekrar kana geçer -artık temizlenmiştir- ve sonra tamamı günde kim bilir kaç defa yeniden süzülür.

***C.T.:*** Yani örneğin, şimdi içtiğim soda hemen bir saat sonra çıkmayacak, bu vücudun ihtiyacı olan sıvıya göre uzun bir sistemden geçiyor, içilen bir şeyin çıkması ne kadar zamanda olur?

***Prof. Renner:*** Bunu en iyi kuşkonmaz yediğiniz zaman hissedersiniz. Çünkü sonraki idrarda kokusunu belli eder. Bu da saatler sürer. Sonra tamamı filtre edilir, içtiğiniz sodanın, gerçekten idrar olarak çıkması, vücudunuzun şu andaki sıvı gereksinimine bağlıdır. Eğer vücutta su çoksa, ilk yarım saat içinde dışarı atılır. Bunu böbrek ayarlar.

***C.T.:*** Demek öyle, peki idrar neden sarıdır?

***Prof. Renner:*** Çok yoğundur. Gözle görürsünüz, çok su içerseniz idrar açık renk olur. Hemen hiç su içmezseniz veya çok sıcakta vücut terle su kaybetmişse, idrar çok yoğunlaşır ve rengi koyu olur. Rengi kahve rengine kadar dönebilir, içinde erimiş olan maddeler idrara genelde sarı renk verir.

***C.T.:*** Rengin nasıl oluştuğu biliniyor mu?

***Prof. Renner:*** Evet. Bu ürokrom denilen organik bir maddedir. Aslında bir metabolizma artığıdır. Protein azalması sonucu ortaya çıkar.

***C.T.:*** Peki, böbrek artık içindeki sıvının kesin atılmasına karar verince ne yapar?

***Prof. Renner:*** O zaman idrar, böbrekten böbrek havuzcuğuna geçer. Böbrek havuzcuğu böbreğin bir kısmını kuşatan bir çanak gibidir, idrar buraya dolar. Sonra idrar kanallan aracılığı ile mesaneye geçer. Mesane önce kapalıdır. Devamlı akış olmasın diye bir depo işlevi görür. Mesane dolunca, boşaltılır. O zaman idrar yollarından geçerek dışarı atılır.

***C.T.:*** Demek ki yani, idrarın hepsi böbrek havuzcuğunda bekleyebilir. Mesanenin işi, bize iyilik edip, devamlı tuvalete koşturmamak mı?

***Prof. Renner:*** Doğru, aynen öyle. Yoksa iki tarafımızda kocaman torbalar taşımamız gerekirdi. Böbrek havuzcuğu çok küçüktür. 20 mililitre sıvı alır. Sonra mesaneye geçer. Burası 300 mililitreye kadar alır. Büyükçe bir miktar. Yoksa hepimiz kendimizi burun farkıyla tuvalete atmaya çalışırdık.

***C.T.:*** Nasıl, şimdi ikimizin de hayat bilgisi arttı mı?

***Konuk bay:*** Benim bir sorum daha var. Yaşlı insanlara özellikle çok su içmeleri önerilir. Sorum şu: Günde iki litre kadar idrar demiştiniz -bu miktar çok su içince artar mı? Neden yaşlı bir insan çok su içmeli?

***Prof. Renner:*** Evet, çok içerseniz, çok çıkar. Vücut, böbrekler ve diğer bütün organlar su miktarını ayarlarlar. Bütün fazlalıklar -vücut sağlıklıysa- vücuttan atılır. Ve böbrek de bütün diğer organlar gibi yaşlanır ve artık aynı çalışmayı yapamaz. İdrarı konsantre edemez. Yani aynı miktar maddeyi atmak için daha çok sıvıya ihtiyacı vardır. Çünkü böbreğin esas görevi sıvı atmak değil, maddeyi atmaktır. Yaşlı bir böbrek bunu yapamaz, onun için aynı miktarı atmak üzere daha bol sıvı gerekir.

***C.T.:*** Demek böbreklerimiz de birer kimya fabrikası?

***Prof. Renner:*** Evet öyle söylenebilir.

***C.T.:*** İlginç. Size çok teşekkür ederim.

***Konuk bayan:*** İsmim Adelheid Bugert. Aslında artık benim sorum fazla kaçacak. Burada 87 yaşındaki kayınvalidemin hatırı için bulunuyorum. Kendisi saat 9.20'den beri radyonun başında oturuyor. Bir sorusu var: Bu gece iki saatte bir tuvalete kalkmış. 87 yaşında günde sadece 4 fincan kahve içtiği halde neden böyle olduğunu sormamı istedi. Neden iki saatte bir tuvalete çıkmak zorunda olduğunu da.

***C.T.:*** Yıllardan beri mi, yoksa ilk defa mı?

***Konuk bayan:*** Evet on yıldanberi. Yaşı 87.

***Prof. Renner:*** Hemen bir şey söylenemez. Mümkün olabilecek şeyler için yarım saat konuşabilirim. Örneğin bir mesane iltihabı olabilir. O zaman mesane fazla sıvıyı kaldıramaz. Devamlı boşaltmak ihtiyacındadır, çünkü en az bir dolulukta, çok doluymuş gibi bir his uyanır. Fakat böbreklerle tamamen bir ilgisi de olmayabilir. Örneğin kalp zayıfsa bütün gün vücutta su toplanır, gece uzanıp bacaklar yukarı kalkınca böbrek daha çok su alır ve boşalmak zorundadır, böylece sık sık dışarı çıkılır. Yani böbrekle ilgisi

olmayan daha bir sürü sebep sayılabilir. Bu soruya fazla bilgi olmadan cevap vermek doğru olmaz.

***C.T.:*** Zaten Ü-Wagen'da (yayın arabası) bedava danışmanlık yok. Doktora veya başka bir yere gitmek gerek. Fakat ben bu soruyu gene de çok önemli buluyorum. Bu hepimize idrarın sadece içeriği ile değil sıklığı ile de bir şeyler anlattığını gösterir. Normal olanı nedir?

***Prof. Renner:*** İnsan genç ve sağlıklıysa, mesanenin kapasitesi normal bir uyku süresine yeterlidir. Yani yatmadan evvel gece idrara çıkmışsanız, ancak sabahleyin tekrar ihtiyaç duyarsınız. Yaş ilerledikçe, mesane artık fazla sıvı tutamadığı için bu değişir. Ya da yaş ilerleyince vücutta daha çok su toplanır ve gece daha kolay boşalır, böylece gece sık tuvalete gitmek zorunda kalınır. Ve eğer bir hastalık varsa, örneğin kalp gibi, o zaman mekanizma gündüz su toplayıp gece boşaltma şeklinde işlediğinden, sık sık dışarı çıkılır.

***C.T.:*** Evet, teşekkür ederim. Siz de bir şey sormak istiyordunuz.

***Konuk bay:*** Evet bir sorum var. İdrarın bir çeşit gizli mürekkep yerine kullanıldığı bilinir, çocuklar aralarında sanki mektup sansürü varmış gibi, oyun olarak bunu kullanırlar. Bunun görünmesinin sebebi nedir? işindeki tuz yüzünden mi, yoksa başka şey mi?

***Esser:*** Evet, herhalde oksidasyondan.

***C.T.:*** Bu nasıl oluyor?

***Prof. Schadewaldt:*** Limon suyunda olduğu gibi. Yazılı kâğıdı bir mumun ışığına tutarsınız. Kâğıdın üzerinde çok ince bir kristallenme olur. Kristaller renk verir, böylece yazı okunur, (idrar mürekkebi).

***C.T.:*** Demek, insan dolma kalemi idrarla doldursa onunla gizli mektubunu yazsın, gece veya gündüz, mum ışığına tutsun, okunsun.

***Prof. Schadewaldt:*** Ya da ütü ile biraz üstünü ütülesin, yazı hemen okunabilir.

***C.T.:*** Sayın Profesör, yazı ne renk alıyor?

***Prof. Schadewaldt:*** Kahverengi. Çok açık bir kahverengi. Fakat biraz ısıtmak gerek. Bu ilkel kabilelerde bile kullanılan çok eski bir yöntemdir, şifreli haber ulaştırmada kullanılır. Çok denenmiş bir yol. Bayan Thomas, ben sizin bunu bilmeyişinize çok şaştım.

***C.T.:*** Gerçekten gözümden kaçmış.

***Prof. Schadewaldt:*** Size başka bir vaka anlatayım. Bir meslektaşım şöyle demişti: önünüze bir erkek gelirse hemen ayakkabılarına bakın. Eğer üzerinde ufacık beyaz lekecikler varsa, şeker hastası demektir.

***Konuk bayan:*** Aslında ben soru sormayacağım, ufak bir saptama yapacağım. Annem daima biz çocukların idrarlarını koklardı. Ve eğer taze saman kokuyorsa, sağlıklı olduğumuzu söylerdi. Ara sıra bunu ben de yapıyorum. Ve yıllar sonra, burada söylebilirim ki, bu idrarın yararlı bir işlevi.

***C.T.:*** Yaaa, demek idrar taze saman kokmazsa, hastalık var demek oluyor? Herhalde artık siz böyle yapmıyorsunuzdur Prof. Renner? Burnunuzu böyle şeylerden sakınıyorsunuzdur? Yoksa bazan hastalarınızın idrarını kokluyor musunuz?

***Prof. Renner:*** Gerçi burnum yeterince büyük. Ama her kokuyu almaz, insan sağlıklı olsun olmasın idrarın kokusu olur. Neden değişik kokuları olmadığının bir yığın sebebi vardır. Örneğin içinde bakteriler bulunur. Çocuklarda çok kolay mesane iltihabı olur. İçinde bakteriler varsa, idrarı mayalandırırlar. Veya içindeki herhangi başka bir madde de böyle bir etki yapabilir. O zaman idrar başka türlü kokar. Sağlıklı idrarın nasıl koktuğuna ilişkin bir sürü benzetme olabilir; "taze saman" gibi örneğin...

***C.T.:*** Kötü kokmaz mı?

***Prof. Renner:*** Hayır kötü kokmaz. Eğer koku hoş değil yani kötüyse bir sorun var demektir. Genellikle bakteriler veya alınan gıdalar içinde idrarı kötü kokutan bir atık var demektir.

***C.T.:*** Eğer sizi yanlış anlamadımsa, biz idrarımızın taze saman mı, yoksa kötü mü koktuğunu anlamak şöyle dursun, rengini bile göremeden çok değerli bilgileri modern klozetlere bırakıp çıkıyoruz. Böylece vücudumuz ve sağlığımız hakkında öncelikle kendi kendimize bilgi edinme olanağından yoksun kalıyoruz. Yoksa yanlış mı?

***Prof. Renner:*** Biliyor musunuz, sanıyorum ki, idrarda bir hastalık varsa, siz bunun kokusunu modern tuvaletlerde bile alabilirsiniz.

***C.T.:*** Yani öyle feci kokar ki, her tür tuvalette hissedilir demek istiyorsunuz?

***Prof. Renner:*** Evet, bunu demek istedim.

***C.T.:*** Evet, fakat renk de önemli bir bilgi demek. İdrar yalnız san değil, kahverenginden, siyaha, yeşilden maviye kadar çeşitli renkler alabiliyorsa ve hastalık belirtisi veriyorsa, bundan erken haberdar olma imkanından yoksun kalıyoruz.

***Prof. Renner:*** Hayır kalmıyoruz.

***C.T.:*** Ama, eflatun bir klozette?

***Prof. Renner:*** Evet, renkler etkiler. Ama beyaz bir porselende hemen görebilirsiniz. Erkekler bunu zaten görebilir, bakmak yeter. Ve eğer idrar hep berrak ise, hep su gibi ise, o zaman böbrekte bir bozukluk var demektir. Çünkü idrarı konsantre edemiyordur. Bu bir uyarı işareti olabilir. Veya idrar çok koyu ise, karaciğerde bir şey olabilir. O zaman karaciğerdeki renk maddeleri idrarda belli olur, idrar iyice koyu sarıdan kahverengine döner. Eğer kırmızı ise, kan karışmış demektir. Siyah görünüyorsa, gene ya uzun süre içinde kan kalmış veya bir kemik hastalığı ve kıkırdak hastalığı söz konusudur. Yani idrarı bir miktar görebiliriz.

***C.T.:*** Evet, bu harika. Fakat şayet bu şık seramikler yüzünden bu imkân elimizden alınmışsa, Dr. Mielke?

***Dr. Mielke:*** Evet, fakat idrarın kokusu, kısmen de yenilen gıdalara bağlıdır. Örneğin, kuşkonmazın son derece güçlü bir kokusu vardır. O zaman insanın

mutlaka hasta olduğu söylenemez, sanırım.

***Prof. Renner:*** Ama o zaman da insan kuşkonmaz yediğini bilir.

***Esser:*** Kokudan çok söz ediliyor. Fakat kimse vaktiyle bu idrarla çalışmak zorunda kalmış zavallı insanları düşünmüyor. Örneğin şu Romalı fuller veya fullonesler; Vezüv, Pompei de çok şeyin bozulmadan kalmasını sağladığı için çok iyi biliyoruz. Gerçekten bir fuller işletmesi var. Orada ikiye üç metre büyüklüğünde taştan oyulmuş taş tekneler var. Bozuk idrar bunların içine boşaltılıyordu, çünkü öyle olması gerekiyordu ve müthiş bir amonyak kokusu çıkıyordu mutlaka, içine elbiseler, iç çamaşırları atılıyordu. Sonra üç, dört fuller teknenin içine giriyor ve çamaşırları çiğneyerek, teperek yıkıyorlardı. Çıkan koku burunlarına doluyordu.

***C.T.:*** Belki de içine tam bir banyo yapıyorlardı?

***Esser:*** Hayır, bu iyi para getiren bir işti. Bunlar çok zengin insanlardı. Romanın en zenginlerindendiler. Başa dönecek olursak, "Pecunia non olet - Para pis kokmaz" lafı, çok fazla vergi verdikleri için fulloneslerin imparatora yakınmalarından çıkmıştı. Onlar şimdi uygulandığı gibi kirlilik tazminatı almıyorlardı. Bütün gün pis kokular içinde kaldıklarından, imparatordan vergilerinin indirilmesini istemişlerdi.

***Konuk bay:*** Profesör Renner'in idrarla tedaviyi biraz hafife aldığını sanıyorum. Fakat tıpta örneğin insanın kendi kanı ile tedavi de vardır.

***Prof. Renner:*** Hafife alıyor muyum bilmem. Ben sadece şu fikirdeyim: Herhangi bir gereksinim karşısında eğer daha etkili ve daha basit, hem de daha çabuk tesir eden yöntemler varsa, bunlar kullanılmalıdır. Ben diyorum ki, idrarla tedaviyi savunmak için ispatlanmamış yararlarına inanılıyor. Bugün artık elimde serum ve penisilin varken, ben difteriyi idrarla tedavi etmeye kalkmazdım, insanın kendi kanı konusu başka bir olay. Gerçi prensipte aynı. Fakat o, vücutta iyileştirici bir reaksiyon uyandırmak için adale arasına zerk ediliyor. Bunu, bu sabah konuşan doktor da yapmış. Fakat, biliyor musunuz ben olsam düşünürdüm. Çünkü idrarı zerk etmek, içinde bakteri varsa, sorun yaratır. Midenize gitse zararı olmaz. Fakat adaleye zerk ederseniz, bakteriler bir iltihaplanmaya sebep olabilir, ben buna karşıyım.

***C.T.:*** Prof. Schadewaldt.

***Prof. Dr. Schadewaldt:*** Kan ile idrar arasındaki farkı söylemeliyim. Normal idrarda protein yoktur, olmamalıdır. Oysa kanın içinde, bağışıklık sistemini çalıştıran sayısız önemli protein maddecikleri vardır. Ve sanıyorum insanın kendi kanını enjekte etmesiyle, kendi idrarını enjekte etmesi arasındaki fark buradadır. Nosodlar ile ilgili problem ise homeopatiktir: Yani benzer, benzerle tedavi edilir. (Çivi çiviyi söker) Bu bambaşka bir usul.

***Becker:*** Tamam, sadece benzer değil, isopatiktir.

***C.T.:*** Şimdi mesleki tartışma yapmayın. Yoksa biz hiçbir şey anlamayız.

***Prof. Schadewaldt:*** İsopati konusunda sizinle aym fikirde değilim. Siz biraz tek yönlü düşünüyorsunuz. Ben bir bilimadamı olarak, homeopatik düşünce doğrultusunu kabul etmekte biraz kuşkucuyum. Bir tarihçi olarak homeopatiyi çok takdir etmeme rağmen.

***Becker:*** Hayır, bu homeopati değil isopatidir. Homeopatide durum "Benzeri, benzerle tedavi" şeklindedir. İsopati "aynı şeyi aynı şeyle tedavi" etmektir. Yani aynı vücuttan bir madde alınırsa...

***C.T.:*** Yani, idrara dönecek olursak?

***Becker:*** Aynı demektir, yani kendi vücudundan ise... Bunun nosoden bir etkisi olur, ama bu isopatidir, asla homeopati değildir.

***C.T.:*** Tamam, şimdi konuyu homeopatiye çevirmeyelim, çünkü idrardan uzaklaşmak istemiyoruz.

***Prof. Renner:*** Kapsül yutmak herhalde daha hoştur.

***C.T.:*** Bilemiyorum, idrarla tedavi ortaçağa özgü sayılıyor. Üstelik vücudumuza saygı duymadığımız ve kendi kendimize bir şey yapamayacağımıza inandığımız için, idrara kuşkuyla yaklaşıyoruz.

***Konuk bay:*** İsmim Johannes Persy, Willich'liyim. Bir sorum var. Böbrekler için vücudun arıtım tesisi deniyor. Fakat, bunlar vücuda yararlı olacak,

tedavi edici birtakım şeyleri dışarı atıyor. Vücut neden böyle bir aptallık yapsın?

***Prof. Renner:*** Kesin olarak bildiğimiz iki neden var: Savunma maddelerini düşünelim, vücut bunları da idrar yollarının sağlığı veya tedavisi için birlikte atıyor, idrar yolları bakterilerin sürekli tehdidi altındadır. Bu yüzden idrarın içinde savunma maddeciklerinin sürekli olarak bu bölgeyi kontrol altında tutması iyidir. Bugünlerde idrardaki hormonlar yeniden kazanılıyor. Ama bu, hormonların vücudun gereksinimine rağmen atıldıklarını göstermez. Atılan hormonlar ihtiyaç fazlasıdır. Hormon, farklı organlarda oluşur ve hormon üreten organlar arasında eşgüdüm yoktur. Bu yüzden vücutta oluşan, fazla hormon atılır. Ama özellikle idrar yollarının bakterilerden korunması çok önemlidir.

***C.T.:*** Vücut çok zengin. Şu Amerika'da, idrarı yeniden kullanan firmaya ne dersiniz, bunu okudunuz mu?

***Prof. Renner:*** Evet, idrardan tekrar hormon elde etmeyi deniyorlar.

***C.T.:*** İnsülin de mi? Ürokinazı bu şekilde mi üretmeyi düşünüyorlar?

***Prof. Renner:*** Evet, Ürokinaz bu sabah sözünü ettiğimiz, pıhtılaşmayı önleyen madde. İnsüline gelince, bugün bakterilerden en iyisi yapılıyor, artık idrara gerek yok. Sadece bir öğretim tekniği sorunu...

***C.T.:*** Ama idrar bedava bir hammadde değil mi? Üstelik lağımlara, çevreyi kirletirken?

***Prof. Renner:*** Bedava olur mu? Biliyor musunuz, büyük miktarda idrarın işlenmesi için kurulacak tesisleri ve bütün sağlık koşullarının teminini düşünürseniz hiç de bedava değildir.

***Becker:*** Ben de insanın kendi kanını ve idrarını kullanması konusunda bir şey söylemek istiyorum. Bavyera'da, Dachau'da 50'li yıllarda Kroscharde diye bir doktor vardı, şimdi oğlu babasından kalan doğumevini yönetiyor. O da vaktiyle kanını ve idrarını karıştırıp kendisine iğne yapmıştı. Bana da yapıldı. Birinci Dünya Savaşı'nda Dr. Kroscharde Fransa'da çocukları kızıldan kurtarmıştı.

***Konuk bay:*** Ben de bir meseleye değinmek istiyorum. Öyle meslekler vardır ki, tuvalete gitmek bile sorun olur. Aklıma bunlardan ikisi geliyor: Biri taksi şoförleri, ikincisi sadece erkeklerin çalıştığı bir iş yerine birden bir kız çırağın gelmesi, işverenler aralarında konuşurlar ve "bizim sıhhi tesisatımız yok, kızları kabul edemeyiz" derler.

***C.T.:*** Bunlar da idrarın size çağrıştırdığı iki sorun. Çok teşekkürler. Fakat ne yazık ki, yayının sonuna geldik.

Son olarak: Bu konu ile ilgilenirken aklıma geldi. Tanrım, kendimize ne kadar yabancılaşmışız. Daha okurken sık sık "bööööh" dediğim oldu. Sonra tekrar düşündüm. Başka insanlar veya halklar böyle yapmışlarsa, en azından ilgilenip açıklamaya çalışmalıyız. Beni harekete geçiren kundak bezleri üzerine yaptığımız yayındı. Bu hiç kullanılmamış yağlı yün bezler, idrara batırıldıklarında güzel kokuyorlardı. Kendim de koklamasaydım, inanmazdım. Bu da insanların giysilerini idrarda yıkadıkları zaman neden kokmadıklarını izah ediyor. Çünkü eğer doğal maddeler ise, içinde bitkisel iplikler yoksa, yani yün ya da ipek ise, kumaşlar güzel kokuyor. Bu olay, bende de "tiksinti" uyandıran bu konuda daha rahat ve açık olabilmemi sağladı. Belki siz kendiniz de bu sabah birkaç defa gözlerinizi devirdiğinizi fark etmişsinizdir. Buna rağmen, bu konuyla ilgilenmeyi, umarım ilginç bulmuşsunuzdur. Çünkü bu, hep suskunlukla geçiştirilmiş bir konu.

# Yayından Sonra

*Yayın sonrasında, katılanların hepsi de keyifli ve heyecanlıydı. Yepyeni bir konuya ve yüksek gerilime dokunmuş gibi bir duygu içindeydik. Nereye gitsem, söz dönüp dolaşıp yayına geliyordu. Halk önce biraz hayretle, şaşkınlıkla, ürperti ile, çeşitli tepkiler gösteriyordu. Ertesi perşembe günü postadan çıkan yazılar, okunduğunda önceki havanın değiştiğini, iyi bir etki yaptığını gösterdi.*

## İlk Tepkiler

Yayının Değerlendirmesi

***Essen'den Marga T.:*** Sidikli yayınınıza, sidikli selamlar, rezaletti. Sürekli kızıp fırçaladım.

***Düsseldorf'tan Lissy E:*** İdrar konusu tartışılması sürdürülmeli. İnsanlar ve sosyal sigortalar kurumu açısından yararlı olurdu. Yaşasın sevgili doğa, biz de onun bir parçasıyız.

***Herford'tan Dagmar JL:*** Yayınınızı hiç de iğrenç bulmadım, aksine çok öğretici ve eğlenceli.

***Kurtscheid'dan Werner D.:*** "İğrenç" idrar konusunda daha çok bilgi isterdim. Bir broşür ya da "yayın metni" var mı, gönderiliyor mu?

***Düsseldorf'tan Dr. Bernhard K. K. (Tropikal doktor):*** Etnolog Dr. Thomas Hauschild, yayın sırasında böcek ısırmalarından söz etti. Bu yanlıştır. Böcek ısırmaz, sokar. Yayınınızda sözü geçen karasu humması üç sıtma çeşidinden biridir, yani tropik sıtma ve çoğu zaman öldürücüdür. Son olarak: Eşim ve ben bugünkü yayınınızı harika bulduk.

***Andernach'tan Eugen B.:*** İdrar hakkındaki güzel yayınınızı severek dinledim. Çok yararlıydı. Mesanedeki eczane. Allaha şükür ki, Hipokrat'tan

beri kimyacıların bize önerdiği her şeyi kullanmadık, yoksa insanlığın kökü kururdu.

***Bilefeld Sağlık Müdürlüğünden Wolfgang K.:*** Yayınınızın konusunu bugün tesadüfen öğrendim. Aklıma SPIEGEL'de "Güzel Kür" başlığı ile okuduğum bir yazı geldi. Hintli Bilgin Raodschibhai Manibhai Patel çok ilginç ve etkili bir tedavi öneriyor: Sabah erkenden kalkıp doğuya dönerek çiş yapmak ve çişin son kısmını bir kavanoza alarak içmek. Herhalde böyle bir uygulama yayınınızı zenginleştirirdi.

***Alfred'ten Susanne D.:*** Son zamanlarda izlediğim en ilginç yayındı; herhalde başka dinleyiciler de aynı şeyi düşünmüşlerdir, idrar hakkında harika şeyler öğrendim, bende saygı uyandırdı. Her ne kadar bu çok özel sıvıyı içmek veya yüz suyu olarak kullanmak her insanın harcı değilse de, tedavi edici özellikleri beni çok etkiledi. Uzmanlar, bu defa etnolojik, kimyasal, tıbbi pek çok bilgi verdiler, dozu kaçırmadılar, mizah da eksik değildi. Doğrusu bu konudan bu kadarını ummuyordum.

Her Derde Deva: İdrar

***Mettmann'dan Diethelm B.:*** İdrarın gizli bir mürekkep olduğunu bilmeyişinizin sebebi, hiç *Kari May* okumamış olmanızla açıklanabilir ancak.

"... Çözümü çok zor olan bir sürü gizli yazı çeşidi biliriz; fakat sizinki, görünmeyen sözcükleri görünür kılmak için büyük bir zeka gerektirmeyecek kadar basit. Bilin bakalım şu sözcükler ne ile yazılmış." "Söyle!" "İdrarla" -"İmkansız!" -"Evet, öyle, eğer insan veya hayvan idrarı ile bir yazı yazarsan, kuruyunca hemen kaybolur. Sonra kağıdı ateşe tutup ısıtırsan, yazılar koyulaşır ve okunur!..."

***Borchen-Alfen'den Detlef B.:*** İdrar konulu yayınınızda çelik işlemeciliğinde idrarın, örneğin kılıç yapımında kullanılıp kullanılmadığı sorusu ortaya atıldı. Çeliğin ısıtılma işleminde nitratlaşma olur. Nitratlaşmada çeliğin soğutulmasına gerek yoktur. Bunun yararı, zamanı ve somaki işlemleri kısaltmaktır. Yani kılıç yapımı sırasında, eşyanın daha sağlam ve dayanıklı olması için nitratlaşmaya benzeyen idrarla bir işlem yapılmış olması olasıdır.

***Remscheid'dan Marijke K. (7 yaşında):*** Büyükbabam anneme anlatmış, vaktiyle savaşta, dezenfektan maddeler bulunmadığından askerler iğne yapılacağı zaman şırınganın üzerine işerlermiş. Büyükbabam o zamanlar güneydoğu Asya'da yaşıyormuş. Yayınınızı çok güzel buldum.

***Düsseldorptan Herbert M.:*** Hannover pazarında bir tezgâhı bulunan ve satıcılık yapan büyükannemden duyduğum bir hikaye aklıma geldi. Birinci Dünya Savaşı'ndan hemen sonraymış. Halde peynir satan bir kadın varmış, çok lezzetli Harz bölgesi peyniri ile ünlüymüş ve çok satış yapıyormuş. Bir gün büyükannem kadının peynirlerin üzerine kendi idrarını serptiğini görmüş. Herhalde lezzeti oradan ileri geliyormuş.

***Leverkusen'den Malinde S.:*** Berlin'de (1908-10 yılları arasında) bir gıda skandalı yaşanmış. Büyük bir peynir tüccarı, Harz peynirlerinin bir türünü olgunlaştırmak için idrar kullanıyormuş. Olay bir kıskançlık hikayesi sonucu ortaya çıkmış. Tüccarın ticaret izni geri alınmış. Cezası ne oldu bilinmiyor. 1916-1918 yıllarında bile hâlâ sevilen bir şarkı vardı. "Seni gidi hınzır Valentin, peynirin üstüne çiş ettin!"

İlaç Yerine Kendi İdrarın

***Gelsenkirchen'den Christel K.:*** İşte gene, doğal sağlık usullerinden ne kadar uzaklaştığımız görülüyor. Kızıla yakalandığım için bir gün ben de idrarla gargara yapmak zorunda kaldım, ama bunu sonradan öğrendim. Önceden bilseydim ağzıma alır, yutar mıydım, doğrusu bilemiyorum.

***Paderborn'dan E ila B.:*** Ben de size kocamın çocukken ağır bir difteri geçirdiğini yazmak istiyorum. O zaman bir Yahudi doktor, kendi idrarını içmesini öğütleyerek, hayatını kurtarmış. O da bunu yapmış ve düzelmiş.

***Duisburg-Laar'dan R.B.:*** Birinci Dünya Savaşı sırasında difteri salgını varmış ve pek çok kişi, özellikle de çocuklar ölüyormuş. Fakat bazılarının idrarla gargara yaparak veya içerek kurtuldukları doğrudur. Çocukken bunu yaşamış tanıdıklarım var, bunu yeminle söylüyorlar. Anlattıklarına göre, iğrenç bir tadı varmış ama.

Cilt ve Saç İçin

***Hilden'den Renate K.:*** Çoktandır size yazmak istiyordum, tembellik ettim. Fakat şimdi bu idrar yayını beni harekete geçirdi. Gerçekten vücutta bulunan tüm olumlu ve olumsuz güçler idrarın içinde optimal bir bileşik halinde bulunuyor. Ben bunu 15 yıldan beri uyguluyorum, paradan tasarrufum oldu, hiçbir yan etkisini görmedim. Örneğin *kozmetik:* Çeyrek saat, kendi idrarımla ıslatılmış, burun için delik açılmış bir bezi yüzde tutmak, harika bir etki yapıyor: Cilt nemleniyor, siyah noktacıklar yok olup, temizleniyor. Şunu da söylemeliyim, çok akıllıca besleniyorum, sigara içmiyor, az alkol alıyorum.

***Balduinstein'dan Margot G.:*** Bu konuda neler söylenmez ki. Ben, ihtiyacı olanlara yardımı ne diye, kendi başımdan geçen bir olayı anlatacağım. Ellerim devamlı soğuk ve kuru idi. Yaşlı bir hanım, akşamları ellerimi idrarla ıslatıp, kendi halinde kurumaya bırakmamı öğütledi. Biraz huzursuzca da olsa öğüdünü tuttum. O zamandan beri ellerim sıcak ve sağlıklı. Bunun açıklamasını araştırdım. Defalarca doktorlardan şunu duydum: "Çok sabun kullanma!". Cildin üzerinde koruyucu doğal bir asit tabakası bulunduğunu herkes bilir. Çok yıkanmaktan bu tabaka zarar görür. Demek ki benim elime asit iyi geldi.

***KoblenzHen Maria S.:*** "Sidik yayınınız" öyle eğlendirici ve öğreticiydi ki, çok hoş oldu. Ne yazık ki güzel Yunanlı hanımın kendisini göremedik. Hanımın yaşını duyunca sizin şaşırmanız lüzumsuz. Annem, 1893 doğumlu, anlatırdı, elleri çatlayınca gece evde yatağa girmeden önce ellerini idrarla ıslatır, bezlerle sararlarmış. Gerçekten o günler, "Yıkarken-bakımlı-eller" gibi laflardan uzak güzel günlermiş.

***Wuppertal'den, isminin saklı tutulmasını isteyen bir bay:*** Benim de aklıma bir idrar kullanımı geldi. Teyzem, ilk giyildiğinde sıkan ve vuran deri ayakkabıların içine idrar dökerdi. Ondan sonra ayakkabı vurmazdı.

***Köln'den Ilka S.:*** Bu konuda kendimden bir olay anlatacağım: Yüzümdeki ergenlik sivilcelerine doktorlardan bir çare bulunamayınca (1866 doğumluyum) büyükannemin sözünü dinledim ve birkaç gün üstüste yüzümü idrarımla yıkadım. Sivilceler tamamen ve sonsuza kadar yok oldu.

***Dortmund'tan Kari Heinz B.:*** "30 yıl kadar önce bir makina tezgahında elime matkap yağı bulaştı. Her iki elimin üzerinde siğiller oluştu. Çok

korkunçtu. Kimseye el uzatamıyordum. Yemeğimi tek başıma bir masada yiyordum. Doktorlar onları kazımak istiyorlardı, yara izi kalacaktı. Büyük ağabeyim bir tavsiyede bulundu. Yatmadan önce iki eline de işe! Hoş değildi. Ama yaptım. Kalktıktan sonra ellerimi saf sabunla yıkamalıydım. Bunu da yaptım. Sonuç: Dört hafta sonra ellerimin üstü, pırıl pırıl, tertemiz, çocuk poposu gibi olmuştu.

***Köln'den Dornothea W.:*** Yayınınız beni değerli sıvımla yakınlaşırdı. Doğrusu hoş ve garip. Her gün içimizden akıp giden bir şey var ve biz ona hiç önem vermiyoruz. Fakat artık düşüncem değişti: Yüzümde küçük sorunlarım vardı, sivilce gibi. Şimdiye kadar hep pürüzsüz bir cildim olsun diye her şeyi yapmaya hazırdım. Ama sabah idrarı? Önce bunu yenmem zor oldu, ama sonra, hep o yaşam dolu hoş Yunan asıllı hanımı düşündüm. Ne kadar doğal -elbette ki öyle- konuşuyordu. Bana çok yardımı dokundu. Tekrar sorduğunuz için size ve o hanıma çok teşekkür ederim. Faydası olacak mı, göreceğim. Sizi destekliyorum.

***Köln'den İnge D.:*** Uzun süre bir çiftlikte çalıştım. Çiftlik sahibi kadının, ayağında herhalde beş yıllık, açık bir yarası vardı. Merhemlerle, tentürlerle tedavi etmeye çalışıyordu. Geceden kalma sabah idrarının faydalı olacağını işittim. Yaranın üzerinden tüm pomat artıklarını temizledim, temiz bir keten parçasını, hastamın idrarına batırdım, yaranın üzerine koyup bağladım. Bunu 14 gün her sabah tekrarladım, inanmayacaksınız belki, yara tamamen iyileşti.

***Krefeld'ten Grete H.:*** Bu konu ile ilgili olarak size, "bu özel sıvı"nın ellerde soğuktan oluşan şişmelere iyi geldiğini söyleyebilirim. Yıllarca önce aile içinde bu acıtan duruma çare aranıyordu. Bir akrabamız, doktor önerisi üzerine denedi ve başarılı oldu.

***Kassel'den Else W.:*** 99 yaşında ölen teyzem, 1939 yılında Münih'te bana misafir geldiği zaman, saçlarının dökülmeye başlamasından, başında açıklık oluşmasından yakınmıştı. O sırada komşum olan bir hanım ona, kendi değimi ile bir "kocakarı ilacı" önerdi. Sabah idrarını bir kavanoza alacak ve akşam yatarken bir çubuğun ucuna pamuk sarıp idrara batırarak saç diplerini ovuşturacak, yemenisini bağlayacaktı. Saçlarını haftada bir gün yıkayacaktı. Teyzem bunu yaptı ve inanılmaz bir başarı elde etti, zira 1978 şubatında 99. yaş gününde hâlâ perma yaptırabiliyordu!

Ben bu reçeteyi yaymak istedim ama vücudumuzdan çıkanlara karşı son derece huzursuz davranıyoruz. Ama ben öyle değilim! Kışın ellerim çatlayınca, akşamları üzerine çiş yapıyorum, kurumaya bırakıyorum, pahalı pomatlara para vermiyorum.

*İlk tepkiler bu kadar. Sonraki haftalar ve aylarda pek sık rastlamadığımız bir mektup ve kart hücumuna uğradık. Bu sebepten ne yazık ki, size yazılanların sadece bir kısmını -içeriklerine göre sıralanmış olarak- sunuyoruz.*

# Yayının Genişleyen Yankıları

Eleştiri ve Tiksinti

***Paderborn'dan Elke S.:*** Aslında yayınınızı severek dinleyenlerden biriyim. Önceki yayınlara dair dinleyici reaksiyonlarının okunmasını da doğru buluyorum. Fakat artık, "Çok özel bir sıvı-idrar" konusuyla ilgili mektupların okunmasına bir son veremez misiniz acaba. İdrarın çeşitli tatlarından bahseden bir dinleyicinin mektubu okunduğu sırada, kahvaltı ediyordum. Böylesine bir zevksizlik karşısında, lokmam tam anlamıyla boğazımda kaldı ve kahvaltım sona erdi. Bu düşüncemde yalnız olmadığımı, birkaç hafta önce, başka bir dinleyicinin reaksiyonundan öğrendim.

***Ruhr bölgesinde Mülheim'dan Hildegard S.:*** İdrar tedavisi ile her derde çare bulunduğu tam zamanında ortaya çıktı: Doktorlar ve eczacılar bundan böyle bizden zor para alırlar. Bu harika ilaç neden bu kadar gecikti? Birçok kobayın canı yanmazdı. Şu anda piyasada 70.000 tür ilaç var. Her perşembe sabahı kahvaltıda bir idrar öyküsü dinlemek, vücuttaki yağları atmak için en iyi çare, böyle devam edin!

***Münster'den Franz W.:*** İdrarın çok özel bir sıvı olduğunu herhalde dinleyicilerin çoğu biliyordu, doğru veya yanlış bir dolu söylenti var. İnsan biraz derin düşününce, harika bir yapıya sahip olan vücudun, aynı zamanda bir kimya ve ilaç fabrikası olduğunu haklı olarak iddia eder. Sadece vücuttaki dolaşım bile bir mucize. İdrarın, şeker hastalığı ve böbrek

hastalıklarının habercisi olmasından başka, ilaç olduğunu da, savaşta ayaklarım yara olduğu zaman öğrenmiştim.

Fakat idrar içmek düşüncesi beni tiksindiriyor. Fakat gene de sormadan edemiyorum, ben veya bir başkası ölümcül bir hastalığa yakalanmış olsa ve tek çare idrar deseler, ne yapardık. Sanırım böyle düşününce, eskiden idrarın neden ilaç gibi içildiği veya gizlice içirildiği daha iyi anlaşılır.

Midede hoş olmayan bir his uyandırmakla birlikte, neden idrarda belli bir iyileştirici güç bulunmasın? İdrar da tıpkı kan gibi vücudumuzun bir ürünü -bilmem hâlâ yapılıyor mu- bazı vücutlarda çıkan inatçı kabarcıklara karşı, insana kendi kanı enjekte edilirdi. Bunu ben de yaptım, yararlı oldu. Her neyse, Bayan Thomas, yayınınız hepimiz için öğretici oldu, aynı zamanda önemli ve iyi bir tatil programıydı.

***Münster'den Klaus H.:*** Vücudumuzdan atılan şeyin ne kadar yararlı olduğunu öğrenmek gerçekten çok ilginç ve şaşırtıcıydı. Gene de siz bu konuya, bence fazla önem verdiniz. Hemen her hafta program için gecikmiş mektupları okuyorsunuz. Kimisi dökülen saçını yeniden çıkarmak için idrarla kafasını ovuşturuyor, kimisi daha çabuk filizlensin diye kabak çekirdeklerini idrara yatırıyor. Bir hanım dinleyici anjine karşı idrarla gargara yapıyor, bir diğeri, pahalı kremler yerine, yüzüne idrar sürüyor.

Doğrusunu söyleyeyim, gecikmiş tepkileri her dinleyişimde direksiyonu ısıracak gibi oluyorum. Bana öyle geliyor ki, bazı dinleyiciler, sizin yayınınız sayesinde, sahneye çıkmak için treni kaçırmak istemiyorlar.

Bir tek, kendi idrarımızda rahat bir banyo yapmadığımız kaldı. Korkarım siz de, bu dinleyici güruhunun mikrofonu olmayı sürdüreceksiniz.

***Melle'den isminin verilmesini istemeyen bir dinleyici:*** İnsan daha ana karnında oluşurken, amnios (cenin suyu) ile karışan kendi idrarını da içer. (Yeni doğmuş bebek içmeyi bildiğine göre bunu doğumdan önce de denemiş olmalıdır.)

Bu dönemde insan kendi başınadır (ben-sen-iyi-kötü yoktur) her şey kendisidir. Sonra ana rahminden ayrılış gelir. Ayrılış çok acılı olur.

Bebek içer, ama aynı zamanda çıkarır da, bir şeyleri bırakır, ayrılır. Ana karnında içme ve çıkarma duyguları arasında fark yoktur. Bebek kendi çıkardığı şeylerden iğrenmeyi bilmez. Aynen onun gibi çok ilkel kabilelerde de iğrenme yoktur.

Doğal Sağlık Yöntemlerinde ve Kozmetikte İdrar

***Bornheim'dan Klara Herb:*** "İdrar" konusunun uyandırdığı yankı ve bütün mektuplara cevap vermeye vakit ayıramayışım, oturup bir şeyler yazmama sebep oldu. Yayına ben de katıldım ve idrarın ilaç ve kozmetik olarak kullanılışına kendimden örnekler verdim.

Öncelikle şunu söylemek isterim, idrarın kozmetik ve ilaç olarak kullanılması uzun zamandır biliniyordu ve doğal sağlık yöntemi için yeni bir şey değildir. Pek çok alanda, hatta kanserde bile idrar kullanılır. Bu konuya sonra gene döneceğim, şimdilik idrarın ilaç olarak kullanılmasının tarihçesiyle başlamak istiyorum.

İnsanların idrarı kozmetik ve ilaç olarak kullanmaya ne zaman başladıklarını hiç kimse söyleyemez.

Tıp tarihine baktığımız zaman, bu şifalı maddenin 3000 yıldan beri kullanıldığını anlarız. Endüstri devrimi ve toplumsal devrimlerle birlikte, ilimde de devrim oldu ve araştırmaları yoğunlaştı.

O andan başlayarak insan doğadan kopmaya başladı ve kendisini bilinmeyen bir akıntıya bıraktı. Böylece doğa ile insanın yüzyıllarca sürdürdükleri uyum, uyumsuzluğa dönüşmeye başladı. İnsanın bulduğu pek çok şey, onun çevresini bozmaya, yıkmaya ve kendisini yıpratmaya yöneldi. Teknik ilerlemenin meydan okuyuşuna karşı insan direnemedi ve sonuçta doğaya boyun eğdirdiği gibi kendisi de gelişmenin esiri oldu. Böylece dünya baş döndürücü bir hızla değişti ve eski bilgiler acımasızca bir kenara atıldı. İlimle tanışan sağlık yöntemleri tıp okullarına dönüştü. Bu suretle iki tür sağlık bilgisi ortaya çıktı: Biri biyolojik yönteme ve kazanılan deneylere dayandırılmış tababet dışı bilgiler veya doğal sağlık yöntemi, diğeriyse araştırma ve teknik ilerlemeye dayanan tıp okullarıydı. Okullu tababet, yavaş yavaş sentetik yoldan elde ettiği ilaçları kullanmaya başladı, zaten pek az olan mevcut doğal sağlık maddelerini kenara itti ve bir gün bunlar

tamamen kaybolup gittiler. İdrar da aynı temizlik davasının kurbanı oldu, fakat gene de teşhisteki önemini kaybetmedi. 3000 yıl iyi bir deva olarak hizmet etmiş olan idrar, bir gece içinde sessiz sedasız, "pislik" ve insan vücudunun dışladığı "fena kokulu" bir şey olarak kayboluverdi.

Sayın okurlar, gelin bir an için, uzak geçmişe bir "öğrenim yolculuğu" yapalım, Nil vadisindeki insanları "ziyaret edelim" ve 3000 yıl önceki Mısırlı göz doktorlarının göz hastalıklarını nasıl tedavi ettiklerini öğrenelim. Elimize rehber kitap olarak "Eski Hekimlerin Sırları ve Güçleri" adı altında Jürgen Thonvald'ın yazdığı kitabı ve arkeolojk birkaç papirüs belgesini alalım.

Sevgili okurlar, teknik-pratik sebeplerden, hemen idrarın tarihine girmeyip, idrarın rolünü daha iyi anlatacak başka olgulara daldım diye sakın bana kızmayın.

"İç hastalıktan ve cerrahi hastalıkları konu alan Ebers, Papirüs göz hastalıkları hakkında da bilgi veriyor: Mısırlı göz uzmanlarının birçok göz hastalığını bildiklerini ve az çok birbirinden ayırdıklarını bildiriyor: Konjonktüvit, leukom (ak benek), şaşılık, kirpiklerin içe dönmesi, devamlı akıntı, keratit, gece körlüğü, iritis (renkli tabaka iltihabı), arpacık, glokom, katarakt, en çok korkulan,

%50 körleşmeyle sonuçlanan ve sonraki yıllarda "Mısırlı hastalığı" denilen kornea (trahoma) hastalığı.

Bu bilgilerin 3000 yıl öncesine ait olduğunu düşünürsek, eski Mısırlı göz doktorlarının hastalıklar hakkında bilgilerinin hiç de az olmadığını görürüz. Göz hastalıklarının tedavilerinin de rastlantısal olmadığını aşağıdaki bilgilerden öğreniyoruz.

"Doktorlar galenitten (kükürtlü kurşun), kömürden, tuz ve bakır eriyiklerinden, mür ağacı kökünden ve diğer reçine türlerinden siyah ve yeşil merhemler yapıp iltihaplı gözlere kullandıklarına göre, bu ilaçların kuşkusuz iltihap giderici bir etkisi vardı. Bal ile hintyağı karışımı sonradan da kullanılıyordu, çünkü hintyağının sadece müshil etkisi yapmayıp, yaraları da iyileştirdiği bilinirdi. Yabani üvez ağacı tozu ve buna benzer maddeler iltihaplı mukozayı emip kurutuyordu."

Gerçi adı geçen maddeler bizim konumuz değil, ama ben devamlılığı daha iyi sağlamak ve şimdi sözü geçecek ilaçlarla daha iyi kıyas yapmak için onlardan söz ettim.

"Araştırmacılar Mısır'daki göz reçetelerini okurken, şu isimleri herhalde pek saygıyla karşılamamışlardır: At pisliği, pelikan pisliği, insan idrarı, kertenkele dışkısı, çocuk dışkısı, ceylan dışkısı, en fazla da timsah pisliği."

Hiç kuşku yok ki, insanın bu satırları okurken tiksintisini yenmesi çok zor. Daha ilerde idrarın ve dışkının içinde bulunan maddelerin analizine sıra gelince, artık tiksinmenize gerek kalmayacağını umarım. Bundan sonraki bölümde de Mısır'daki göz hastalıklarında kullanılan diğer tuhaf reçeteler var.

"Balık ödü ve inek karaciğeri ezmesinin göz hastalıklarında tedavi amacıyla kullanılmasının şimdilerde akılcı açıklamaları var. Safra (öd) ve karaciğer içinde enfeksiyonu önleyen koruyucu maddeler bulunuyormuş. Buna karşın, pislik ve dışkıların kullanılması, tam anlamıyla barbarlık işareti sayılıyor."

Zamanımızın tıp tarihçileri, "Pislik Eczanesi" (kocakarı ilaçları) sözcüğü altında, ortaçağda da kullanılan ve övülen bir sürü ilaç ismine rastladılar. "Nil çamuru" ve "bataklık çamuru"nun yanı sıra özel bir toprak da reçetelerde geçiyordu ve her ne kadar fazla ciddiye alınmasa da 19. yüzyılda hâlâ kocakarı ilaçları arasında sayılıyordu. Mısırlı göz doktorları, kurutulmuş dışkıları, göz merhemleri veya bal, özellikle de "idrarlı" bal ile karıştırıyorlardı. Bu karışımlar, başka tedavi biçimlerine cevap vermeyen göz hastalıklarında ve iltihaplarında kullanılıyordu, idrar yıkamak için, çamur ve toprak ise sargılarla bağlanarak uygulanıyordu.

1948'de yeni bir harika ilacın, aureomycin'in bulunduğu bütün dünyada duyuruldu. Herhalde Dr. Benjamin M. Duggar (Wisconsin Üniversitesi, Bitki Fizyolojisi profesörü) bu keşfinin eski Mısır tababetinin takdir edilmesine yol açacağını düşünmemiştir. Aureomycin antibiyotik olup, trahomaya karşı kullanılır. Prof. Duggar ve arkadaşları bunu mezarlıkların çevresinde bulunan bir cins topraktan elde etmeyi başarmışlardı. Bu üzerinde mantar biten bir toprak türüdür. Hastalık yapan mikro organizmalan yok eder, tıpkı başka bir tür ak mantardan çıkarılan bir

metabolizma ürünü olan penisilinin yaptığı antibiyotik etkiye sahiptir ve 20. yüzyılda bir tıp devrimi yaratmıştır.

Hemen arkasından araştırmalar gösterdi ki, insan vücudunda yaşayan bakteriler sayesinde insan idrarı ve dışkısının da antibiyotik bir etkisi vardır.

Şimdi herhalde bazıları heyecana kapılıp, antibiyotiği keşfedenin Mısırlılar olduğunu söylemeye kalkabilir. Gerçekten de araştırmalar "kocakarı ilaçları" hakkındaki hükmü esaslı biçimde değiştirdi.

Sadece Ebers papirüsü idrar ve dışkının önemli hammaddelerini oluşturduğu 55'ten fazla reçeteden söz ediyor. Mısırlı uzmanların çok eskiden bilmeden ve genelde kaba bir biçimde, haberi ve bunların 20. yüzyılın ortasında bilimsel buluşların yeni zaferi addedilmesi daha başka bir sürü yeni görüşe yol açtı."

Sevgili okurlar, Öğrenim yolculuğumuzun sonuna geldik. Eski Mısır'ı bırakalım ve yeniden çağımıza dönelim.

Kendi görüşüm hakkında küçük bir saptama yapmak istiyorum: Gerçi 3000 yıl önce Nil vadisinde yaşayan insanlar, zamanımızın teknolojisine sahip değildiler ve bugünkü gibi araştırma olanakları yoktu, fakat bu, bu insanların gözlem yeteneğinden ve bir dolu deneysel bilgiden yoksun olduğu demek değildir.

Bugün bile, yeni bir buluşun sonuçları kullanılmadan önce deneylere tabi tutulur ve bu bazı hallerde deneyler yıllarca sürebilir. Bilimde, araştırma yapılmadığı halde tesadüfen bulunmuş pek çok şey vardır. Bugünkü ilerleme, 3000 yıl önceki insanlara göre, daha basit ve daha hızlı bir şekilde sonuca varmamıza olanak tanıyor.

Eski Mısırlılardan böylesine sıra dışı şeyler öğrendikten ve belki bazı şeyleri düşündükten sonra, sıra şu soruya geliyor: "Drecka-potheke (Kocakarı ilaçları)na ne oldu? Bugün hâlâ kullanılıyor mu? Aslında tam bir biyolojik olay olan kocakarı ilaçlarına doğal tedavi yöntemleri nasıl yaklaşıyor? Birinci ve ikinci sorulara ben hemen evet diyeceğim. Şaşırabilirsiniz ama "Kocakarı İlacı" ilacı denen şey bugün hâlâ var. Uygarlığın kıyısında kalmış insanlar ve kırsal kesim insanları kıt kanaat

geçinenler veya modern tıp yöntemlerine para yetiştiremeyenler kocakarı ilaçlarına yönelirler. Doğal tedavi metodunun kocakarı ilacına bakışı ise, kendine özgü bir soru. Biyolojik açıdan, kocakarı ilacı yerinde duruyor ve bugünkü doğal tedavi usulüne uygun. Bu bağlamda, kullanım alanı 3000 yıl öncesinin aksine daha da geniş. İsmi ve paketleme şekli de değişik. Doğal tedavi usulünde "Kocakarı İlacı" sözü hiç geçmiyor, fakat "nosodlar" denilen maddelerin işlevi aynı. "Nosodlar" kavramı içinde bütün dışlanan ürünler, üstelik hastalıklı dokular, kan ve mikro organizmalar da var. Yanlış anlaşılmamak ve protestoları önlemek için, hemen şunu belirteyim: Modern teknoloji sayesinde "nosodlar" hammaddesinin hazırlanışında, ilaç üretim kuralları yasasına yüzde yüz uyulmaktadır ve ilaçlar her şekilde bulunabilmektedir.

Nosod adı, eski Yunanca bir sözcükten gelmektedir ve "hastalıklı, zararlı" anlamını taşır. Nosodlar homeopatik bir teknik işlemle, olmayan vücut organlarından ve metabolizma ürünlerinden elde edilir.

Örneğin, hastanın kendi kanı gibi, apotojen (hastalık yapmayan) hastaya ve hastalığa özgü bir maddenin kullanılmasına: Oto-nosod yani isopati denir. Bilinen en eski otonosod idrardır, yani hastanın kendi idrarı ilaç olarak alınır. Eğer nosod tedavisinde yabancı bir madde kullanılıyorsa, o zaman Hetneonosod söz konusudur.

Kanser tedavisinde idrarın nosod olarak kullanılması, ancak uzman kontrolunda, kişiye özel bir tedavi uygulamasına ek olarak yapılabilir.

İdrar konusundaki yazımı, idrarın dışarıdan kullanımı ile ilgili birkaç pratik formül vererek bitirmek istiyorum:

1. Dış etkilerle yüzde oluşan cilt bozukluğu idrarla giderilebilir. Sabah ilk idrar yapılırken bir kavanoza alınır veya doğrudan saf pamuklu bir bez idrarla ıslatılır ve yüz silinir. 20-30 dakika kendi halinde bırakılır, sonra ince bir tabaka gündüz kremi sürülür. Akşam yatmadan önce taze idrarla işlem tekrarlanır, fakat krem sürülmez. Eğer iki hafta içinde bunun yararı olmazsa, vücut içinde bir bozukluk var demektir, sebep araştırılmalıdır.

2. Egzamadan yakınıyorsanız, idrarla çok iyi sonuç alabilirsiniz. Babamın egzaması vardı. Günde iki defa idrarla yıkayarak (9.9-16.9.1988) çok iyi sonuç aldı. Kaşıntı geçti, cilt sağlık kazandı, yumuşadı, parladı. 26.9.1988'de tedaviye son verdi.

3. Her türlü yüzeysel ve hafif cilt bozuklukları idrarla yıkanarak çok çabuk ve çok iyi geçirilebilir. İdrar dezenfekte etkisinin yanında, koruyucu bir tabaka oluşturur ve enfeksiyonlara, iltihaba karşı koruma sağlar.

4. Zaman zaman sorun olan kuru cildi idrarla yıkamak sureti ile çok iyi sonuçlar alabilirsiniz.

5. Kabak çekirdeği yemek ve kabağın içine çiş yapmak. Ergenlik çağında çıkan ergenliklere karşı en iyi çaredir. Küçük taze bir kabak balkabağı alınır. 5x5 cm.'lik kare biçimli bir kapak kesilir. Etli kısma dokunmadan çekirdekleri çıkarılır. Akşamleyin, bir avuç çekirdek yenir ve yatmadan önce kabağın içine çiş yapılır. Üzerine kapakçık örtülür, dik olarak bütün gece bekletilir. Sabahleyin aç karnına kabağın etli kısmından bir parça kesilip ağızda emilir, su yu kalmayınca çıkarılıp atılır. İdrar bütün gece dip kısma daha çok sızdığı için bu kısımdan almaya dikkat etmelidir. Kabağın içinde kalan idrar çalkalanır. Saf pamuklu bir beze dökülerek yüz yıkanır. 30 dakika beklenir, normal bir krem incecik sürülür. Kalan idrar bir daha kullanılmaz, hep taze olmalıdır. Aynı kabağı en çok üç gece kullanabilirsiniz. Çekirdekler bir defada tükenirse, yeni bir kabak alınır. Bir-iki haftalık uygulamadan sonra sivilceler geçmiş olmalıdır.

6. Ayakkabıya, çoraba işemek: Dayanılmaz bir ayak terlemesine çare bulunamıyorsa, en iyisi şu uygulamadır: Akşam ayak yıkanmaz, çoraplar ayakkabının içine konur ve üzerine işenir. Yarım saat sonra çoraplar alınır, ayakkabıdaki çiş dökülür çoraplar iyice sıkılır, tekrar ayakkabıların içine sokulur ve gece boyunca bırakılır. Sabahleyin gene ayaklar yıkanmadan çoraplar ve ayakkabılar giyilir, iki-üç kere yapmak yeterlidir.

7. Boğaz iltihabı veya anjine karşı idrarla gargara yapılır. Çok etkilidir.

8. Mafsal ağrılarında, pomatların yararı yoksa, idrarlı bez sarmak rahatlatacaktır. Şunu da belirteyim, alerjisi ve astımı olanlar bilen birine danışmak, sonra idrar kullanmalıdırlar. Daima sabah ilk idrarı doğrudan kullanmak çok Önemlidir.

Son olarak idrarın içinde bulunan maddeleri vermek istiyorum.

1- Hormonlar, 2- Mineraller, 3- Vitaminler, 4- Aminoasitler, 5-Şeker, 6- Antikorlar ve antijenler, 7- Enzimler, 8- Antibiyotik maddeler

Böylece "İlaç ve Kozmetik Olarak İdrar" başlıklı yazımı bitiriyor ve idrar kullanımında başarılar diliyorum.

***Mette'den bir bayan dinleyici, ismini vermiyor:*** Bilimsel Tıp nasıl deneylere dayanıyorsa, halk tababeti de içinde, belki artık unutulmuş, üstelik çok değerli deneylere dayanır. Sonuç aynı kapıya çıkar: Sağaltıyorsa, haklıdır.

Boğaz ve Akciğer

***Moers'ten bir bayan dinleyici, ismini vermiyor:*** Oğlumun iki ay önce kötü bir boğmaca öksürüğü vardı. Mektuplardan sonra, ben de deneyeyim dedim. Küçüğü bir bardağa işetip, gargara yaptırmaya razı edinceye kadar akla karayı seçtim. Fakat daha ilk defadan sonra öksürük nöbetleri hafifleyince, yapmaya devam etti. Hastalık değişti: Öksürük geçti. Bir hafta sonra, her nöbetin arkasından gelen korku kalmadı, iki gündür sadece gece yatmadan evvel beş kere kısa kısa öksürüyor.

***Dr. med. Katharina F. Köln'den:*** Bir tıp doktoru olarak, çığırıdan çıkmış ilaç anarşisine karşı, bir denge unsuru oluşturan basit, etkili ve ucuz tedavi yöntemine hayran kaldım. Yıllar önce sizin yayınınızla öğrendiğim kendi idrarı ile tedaviyi bu yöntemlerin başında sayıyorum ve o zamandan beri "ev ilacı" olarak kullanıyor ve propagandasını yapıyorum (fakat kadınları buna inandırmak zor). Eskiden yılda birkaç kere bronşit yüzünden antibiyotik yutmak zorunda kalıp, gene de birkaç hafta öksürükten bunalırken, şimdi bilinen öksürük ilacımla gargara yaparak önemli bir enfeksiyon geçirmiyorum. İnsanı her zaman, tatilde bile, bağımsız kılan bu yönteme hayranım. (Üstelik yaygınlaşırsa, sağlık için ayrılan masraflar da

bir hayli azalır). Bu madde aynı zamanda cilt hastalıklarına da şaşılacak kadar iyi geliyor.

***Gefrath'tan bir dinleyici, ismini vermiyor:*** Uzun süre düşündükten sonra "idrar" konusunda birkaç satır yazıyorum. Çocukluğumdan beri idrarı ilaç olarak bilirim, soğuktan çatlayan deri için örneğin. Yıllardır bunları unutmuştum, sizin yayınınızla yeniden hatırladım.

"İdrar" yayınından sonra şiddetli bir soğuk algınlığına yakalandım. Boğazım yanıyordu, çare bulamıyordum. Çar naçar kendi idrarımla gargaraya razı oldum, ilk hamlede olmadı. Büyük cesaret istiyordu, ama değdi. 3 saat kadar sonra rahatladım, artık acısız yutkunuyordum. Birkaç tedaviden sonra tamamen iyileştim.

***Köln 'den dinleyici bir bay. İsmini bildirmiyor:*** Sizin gibi ben de gazeteciyim. Hem de kuşkucuyum, idrar tufanınızı uzun uzun, hayretle ve kuşkuya düşmeden, eğlenerek izledim. Geçende grip salgını sırasında, sıkışık bir zamanımda, boğazımda anjin belirtileri oluştu ve doktora gitmeye vaktim yoktu. Pek inanmadan, ama zorunlu olarak gargara yaptım. Titreme ile ateş yükselmesi de eklenince, gargaraya devam ettim. Üç saat sonra boğaz ağrısı geçti. Vücudum fırsat verdikçe gargarayı sürdürdüm. Nezle oldum, her zamankinin dışında, iki günde geçti. Arkasından öksürük gelmedi. Bir hafta sonra hafif belirtiler, gene her şey tamam. Artık ne yapacağımı biliyorum. Eskiden bir hafta yatardım, artı bir hafta soğukalgınlığı, artı bir sürü ilacı kullanmak zorunda kalırdım. Teşekkürler.

***Bochum'dan Helga R.:*** Gene şu sıra dışı sıvıdan söz edelim. Bir önceki (25.6.1992) yayınınızda konuşan hanımın bu konudaki sinir bozucu sözleri, beni çok kızdırdı. Şimdiye kadar bütün hastalıklarını ve ağrılarını bir tablet veya bir iğne ile geçirebilmiş bir insan böyle konuşabilir. Ancak çoktan beri o programınızda dile getirildiği gibi, idrarın içilebileceğini açıklayan bir bilgi bekliyordum. Başka çare kalmayınca, insan sağlığını araştırdım. Fakat orada da bir şey bulamadım. Yıllardan beri bende gıdalara karşı, daha da zoru, ilaçlara karşı bir tahammülsüzlük var. Evvelce sıkıntılarımı hafifleten şeyler şimdi daha da artıyor. Beslenme açısından listem öyle kısa ki, ne pişireceğimi şaşırıyorum. Hep aynı şeyleri tekrarlamak hoşuma gitmiyor. Ben de şu bilinen ünlü sıvıyı denemeye başladım. Başarılı olursa size bildireceğim. Olumlu bir olayı da vereyim: Kocam, son savaşta, genç bir

pilotken difteriye yakalanmış. Pek az ilaç varmış. İyileşemeyince askeri doktor kendi idrarı ile gargara önermiş. Kocam söz dinlemiş ve difteriden kurtulmuş.

***Detmold'tan bir bayan dinleyici. İsmini vermiyor:*** Bitmek bilmeyen konunuz "idrar"ı genişletmek isteği ile yazmaya karar verdim. 1931-32 yıllarında Detmold'da bir difteri salgını sırasında 12 yaşındaki okul arkadaşım da hastalanmıştı. Doktorlar umudu kesince (henüz antibiyotikler yoktu) annesi, bir köylü kadının öğüdüne uyarak, kızını kendi idrarını içmeye razı etti. 12 saat sonra çocuk "kefeni yırttı" ve çabucak iyileşti.

***Köln'den Elfi T.:*** Size başımdan geçen bir olayı anlatabilirim: 7-10 yaşlarındaydım. Difteriye yakalandım, günlerce yüksek ateşle yattım, sonunda doktor hanım, çaresiz kaldı ve 2-3 gün içinde ateş düşmezse beni hastaneye götüreceğini söyledi. Annem beni kesinlikle hastaneye bırakmak istemiyordu ve bir homeopata gitti, adam bana kendi idrarımı içirmesini öğütlemiş (bir defa mı, daha çok mu şimdi unuttum). Ben idrarın tadı değişsin diye, limon suyuna karıştırılmış olarak içtim. Bu tabii annem için kolay olmadı, ben idrar içmemek için yalvarıyordum, fakat annem ısrar ediyor ve bunun tadı biraz tuhaf bir limon suyu olduğunu tekrarlıyordu. Hemen ilk günden sonra ateş düştü, doktor hanım çok şaşırdı. Şunu da çok iyi hatırlıyorum: Annem benim yanımda, idrarla yaptığı tedaviyi anlatır dururdu.

***Essen'den Brunhilde S.:*** Çocukken anjin olunca hep idrar içmek zorunda kalırdım. Bana onu çayla birlikte verirlerdi. Savaşta annemin tek çaresi olan ilaçtı! Ben gerçeği çok sonra öğrendim.

***Bad Salzuflen'den Dieter H.:*** Çok iyi hatırlıyorum, çocukluğumda, 1944-1948'deki savaş yıllarında -ilaçların kolay bulunmadığı zamanlardı- kardeşlerim ve ben kronik soğuk algınlığı ve boğaz enfeksiyonu gibi hastalıklarımızda hep "kendi idrarımızı içmek" sureti ile iyileşirdik. Sonradan anne ve babamla, bu yöntemi derinlemesine konuştum. Erkek kardeşimin çok küçük yaşta (boğmacadan) ölmesi, annem ve babam hep son çare olarak "kendi idrarı ile gargara yöntemine başvurmuşlar. Sonuç şaşırtıcı ve etkisi kalıcı olmuş. Gelsenkirchen'li son derece saygın, eski bir madenci adı "Wilhelm Amca" savaşın başında benim doğduğum kente

yerleşmiş, burada lokman hekim olarak ün yapmıştı. Öğrettiği "kendi idrarı ile tedavi" yöntemi sayesinde zor savaş yıllarında pek çok insanı iyileştirdi.

Yıllar sonra ben askerliğimi yaparken, Amerikan erleri ile birlikte Hammelburg'ta özel bir talim programında görevliydim. 10 maddelik tıbbi yardım 3. maddesinde "belli durumlar için kendi idrarıyla tedavi" öneriliyordu. İdrarla gargarayı ve güçlendirmek için vücudun üst kısmının ovulmasını hiç unutamam. Dendiğine göre bu usul Kızılderili kabilelerinden alınmış. 1963'te Cezayir savaşı sırasında, Alman paralı askerleri arasında bir röportaj yapıyordum, zorunlu hallerde bu birliklerde de "kendi idrarı" ile tedavi uygulandığını gördüm. Bu yöntemin şifalı etkileri beni hâlâ şaşırtır.

***Kaarst'tan Horst S.:*** Kendi idrarımı kullanmakta önceleri yaşadığım çekingenliği yendim ve sık yakalandığım boğaz ağrısından dolayı sabahleyin idrarla ilk gargarayı yaptım. İdrarla tedaviye kararlı bir biçimde, sonuna kadar denemek için kasten doktora gitmedim. İşe bakın, üç gün sonra boğazım tamamen iyileşti. Özellikle tatillerde, ilaca gerek kalmayacağı için bu yöntem çok geçerli olacak. Karım da elindeki kaşıntıyı aynı şekilde geçirdi.

Ağız

***Erfstadt'tan bir dinleyici bey, isim vermiyor:*** Yazı yazma tembelliğimi yenmekten hoşlanmam. Yirmi yaş dişimi çektirmek zorunda kalmadan önce iki hafta boyunca, geceleri tutan ağrıları kendi idrarımla gargara yaparak bir çeyrek veya yarım saat kadar dindirip rahatlıyordum. Onun için bunu size bildirmeyi borç bildim. Yoksa böyle bir düşünce aklıma gelmezdi. Ağrılarım çok şiddetli olmasa, diş doktoruna gitmekten de korkmasam, herhalde tiksintimi öyle çabuk yenemezdim. Çok teşekkürler.

***Geseke-Langeneicke'den Annette S.:*** İdrarla tedavi ile elde edilen başarılı sonuçlan belgelemek için yaptığınız çağrıya, şu küçük haberimle yardımcı olmayı umarım.

Bir gece küçük kız kardeşim Silvia ağlamaya başladı. Yüzüne bakınca sebebini anladık. Ağzı şişmişti, kabartılar ve sivilcelerle dolmuştu. Annemle babam çocuğu dönüşümlü olarak kucaklarında sallıyorlardı. Ertesi

sabah büyükannem geldi. Silvia'nın ıslattığı bezi aldı, o zamanlar hazır bezler yoktu ve çocuğun ağzının içini onunla sildi. Çocuk avaz avaz bağırıyordu. Fakat öğle üzeri ağzı daha iyi görünüyordu. Ertesi sabah büyükannem bunu tekrar yaptı, Silvia'nın *pamukçuk* yaraları geçti.

***Uedem'den Thekla S.:*** ... Benim annem de savaş sonrası yıllarda ağzında *pamukçuk* olan erkek kardeşimin derdine, kendi idrarım sürerek çare bulmuş. Doktorların ilaçları fayda etmemiş ama idrarla çabucak iyileşmiş.

***Erfstadt'tan Mechthld S.:*** "30" yıldan beri ağzımda mukoza iltihabı var. Son oluşmasında, idrarla ıslattığım bir pamukla tampon yaptım, iki gün sonra geçti, yoksa bir hafta bana acı çektirirdi.

Cilt

***Köln'den bir bayan dinleyici; ismini vermiyor:*** Kızımın dünden beri çişi hakkındaki düşüncesi değişti. Şöyle oldu: Bir gün önce iki defa sol dizinin üzerine düştü. Kıpkırmızı iltihaplı bir yara açıldı bütün diz kapağına yayıldı. Daha önce bir yarasına idrarla tampon yapmaya razı etmiştim. Fakat, çok yandığını biliyordu. Bu sefer, peki ama ben uyurken yap, dedi. Gerçekten akşam idrarını bir kavanoza almayı akıl etti, ben de o uyurken, bir pamuğu idrara batırıp yaranın üzerine damlattım. Herhalde yakmış olacak ki bir an gözlerini açtı. Ertesi sabah bütün aile hayretler içinde kaldık: Bir puldan daha küçük, koyu kahverengi bir kabuk kalmıştı. Sanki eski bir yara yeriymiş gibi, o kocaman yaygın yaradan hiç iz yoktu, ne bir çizgi, ne de renk değişikliği görülüyordu. İnanamayarak seyrettik, sonuç hayret vericiydi. İşte, zahmet edip, hayatımda ilk dinleyici mektubumu yazmamın sebebi budur.

***Essen'den İris B.:*** Bir başarı haberi. Kocamın başında uzun zamandır *sedef hastalığı* vardı. Gittiğimiz doktor ona bazı ilaçlar verdi fakat hastalık ne geçti, ne de hafifledi. Bir hayli düşündükten sonra kocam saçlarını kısacık kestirip, her sabah idrarla yıkamaya karar verdi. Bir hafta sonra kötü kaşıntı hissi azaldı. 3-4 günde bir akşamları saçını sadece temiz sıcak su ile yıkıyordu ve saç diplerini kepek yapmasın diye bebek yağı ile ovuyordu. Üç ay sonra denemek üzere tedaviyi kesti. Şimdi (bir ay sonra) hâlâ sedeften iz yok. Yaşasın insanın sabah idrarı.

***Düsseldorf'tan bir bayan dinleyici, ismini vermiyor:*** İdrar programı kadar hayran kaldığım hiçbir yayın hatırlamıyorum. Fakat ilk defa, iğrenmesine rağmen sabahları kendi idrarı ile yüzünü yıkadığını ve sonucu size bildireceğini yazan dinleyici beni harekete geçirdi. Hıristiyan Demokrat Parti danışmanı beylerin, idrarın daima yağ çözücü olarak kullanıldığını açıklamaları da bunda etkili oldu: Baştaki tiksintimi yendim, yayınınızda, yüzüne sürdüğü idrarın saman kokusu (doğru!) verdiğini bildiren çılgın Yunanlı kadını düşündüm ve söylendiği gibi "sabah akan ilk idrarı" yüz suyu olarak kullandım. Çok doğru, şimdi dört hafta oldu, çenemdeki ve burnumun üzerindeki sivilcelerin hemen hepsi kayboldu. Son 30 yıldır olmadığı şekilde bir cildim var. Gerçekten inandırıcı. Fakat bunu başkalarına anlatmaya çekiniyorum. Tanrım, kendimize ne kadar yabancılaştık. Ben de dahil. Lütfen siz mutlaka dinleyicilerinize aktarın.

***Frechen'den Renate R.:*** Sizden özür diliyorum, zira yayınınızın başında, içeriğini öğrenince, kafam karıştı: "Ne bu saçmalık" dedim. Benim bilgisizliğim işte! Yayının sonunda acele verilmiş uygunsuz hükümden pişman oldum. Özellikle sıkıntılı zamanlarda, ilaç bulunmazken uygulanan bu tedavi beni çok düşündürdü. İlkel kavimlerin zorunluluktan kullandıkları tedavi metodu, neden şimdi zamanımızda geçerli olmasın, hele ilaç endüstrisinin "kimyasal kazıkları"ndan kurtulmayı istiyorsak? Size deneyimlerini okumanız için olan Bornheim'lı Bayan Herb'in anlattıkları beni harekete geçirdi; kendisine bunun için çok teşekkür ederim. Bu mektubun bir kopyasını da Bayan Herb'e göndereceğim. Kimliğini gizlememesini çok takdir ediyorum. Bayan Herb'in kullandığı metodu (pamukla sabah ilk idrarı ıslatma) aynen kendime uyguladım. Birkaç hafta geçtikten sonra, yüzümün cildinin ne kadar mükemmel biçimde değiştiğini görmek beni şaşırttı. Kan dolaşımı iyi, sivilce kalmadı, gözenekler küçüldü. Devam ediyorum!...

***Düsseldorf'tan Barbel S.:*** Gebeliğimin ilk aylarında yüzümde çiçekler açmaya başladı. Sivilce nedir bilmezken, suratım patlamış mısıra döndü. Jinekologum, şikayetime karşılık: "Ah, daha da kötü olacak!" dedi. Eh, pekala, kaybedecek bir şeyim yok ya, diye düşündüm ve sabah idrarını denedim. Sabaha karşı tuvalete gitmek için uyanınca, bu özel sıvıyı yüzüme sürüyor, sonra tekrar yatıyordum, 1-2 saat sonra kalkınca su ile yıkıyordum. İşe bakın, sivilcelerim geçti, yaptığımı öğrenen doktorum, idrarın, özellikle

gebelik sırasında, çok değerli maddeler içerdiğini ve bunun mümkün olduğunu söyledi. Sivilceler, ben sabah kürlerini bıraktıktan sonra da çıkmadı; gebeliğimi sivilcesiz geçirdim. Yayınınızı dinlediğim için mutluyum.

***Kamen'den Elvira B.:*** İdrar yayınından beri ilk idrarla söz edildiği gibi yüzümü yıkıyorum. Başlangıçtaki tiksintimi çabuk yendim, ama sonucu hâlâ alamadım. Acaba bir şeyi yanlış mı yapıyorum? Gerçi yüzüm artık eskisi kadar çok sivilceli değil ve dağınık çıkıyorlar. Benim yaşımda (33), bunu açıklamak zor. Sizin yayınınıza göre tertemiz, pembe, kırışıksız, kadife gibi bir ten hayal etmiştim! Neyse ki, bu yöntem bedava.

***Hiddenhausen'den Monika L.:*** Manevi babam, gençliğinde sivilcelerden çok çekmiş. Suratı tamamen sivilcelerle kaplıymış. Köy doktorunun ilaçları fayda etmeyince, ebe hanım ona, sabahları ilk idrarı ile yüzünü yıkamasını, birkaç dakika öylece bırakmasını, sonra duru su ile yıkamasını, önermiş. Manevi babam tiksintisini yenip, öğüdü tuttuktan bir hafta sonra, bütün sivilcelerinden kurtulmuş. Kocam da, göğsündeki ve karnındaki alerjik döküntülerden aynı usulle kurtulmayı başardı.

Egzama yüzünden çok acı çeken bebeklerde, özellikle çişle ıslanan bezin temas ettiği bölgede egzama görülmeyişi dikkatimi çekti. Bunun bir ilişkisi olmalı. Sadece şunu söyleyeceğim: "Ey insanlar, bu doğal ilacı kullanmaktan kaçırmayın!"

***Kerhen'den Ingrid L.:*** Küçük kızım Charlotte egzama geçiriyordu. Boyun çevresinde, diz oyluklarında, dirseklerinde kaşınan kanlı halkalar oluşmuştu. İdrarla ve arkasından balıkyağı içeren bir pomatla yapılan tedavi, fayda verdi ve açık yerler kapandı. Ben önce propolis'i keşfetmiştim (arı kovanının içindeki bir madde), fakat alkol içeren bir madde olduğu için, çok fazla yakıcı etkisi var. İdrar bazen biraz yakıyor, fakat kaşıntı hissini yok ediyor.

***Dortmund'tan Heinke-Gesa M.:*** Bende hep egzama vardı ve sayısız doktorlarda tedavi gördüm. Şimdi, ilaç yerine bildiğimiz çare olan "kendi idrarımı" kullanıyorum. Sabahleyin ilk idrardan biraz alıp, hastalıklı yerlere tampon yapıyorum. "Ciltteki duruma" göre bazen çok, bazen az yakıyor. Çoğu zaman beş dakika kadar yatağıma uzanıp, daha çok yanmasın diye,

kıpırdamadan bekliyorum. Devamlı kullanarak cildim on gün içinde tamamen iyileşti: Elbette iyileşmede başka faktörler de eklendi. Çok stres, az uyku, sağlıksız beslenme iyileşmeyi hızlandırmaz, zorlaştırır. Fakat idrar iyi bir şey. Bütün gün cildin üzerinde kalmalı. Yıkamamalı! Kokmuyor, fark edilmiyor, giysilere de zarar vermiyor! Demek ki, kortizona gerek yok!

***Bochum'dan bir bayan dinleyici; ismini vermiyor:*** "Çok Özel Bir Sıvı-İdrar" konulu konuşmalarınızı ocak ayında dinlemeden önce, oldukça sıkıntıdaydım. Dönüşümlü olarak güçlü, zayıf bir sürü kortizonlu pomat kullanmama (çeşitli cildiyecilere göründüm!) rağmen egzama bir türlü geçmiyordu. Aksine, kollarım, bacaklarım parşömen kağıdına dönmüştü, kaşıntısından artık kanıyordu. İdrar kullanmaktan, kokusundan ürktüğüm için çekiniyordum, önce sabah idrarımla bacaklarımı ovalamaya başladım. Biraz yaktı. Kaşıntı hissi hemen geçti. Açılmış yerler kabuk tuttu. Bacaklarım ve kollarım da iyileşti, hem de sadece birkaç kere yapmıştım. Mayısın ortasından beri, bacak kemiğimin alt kısmı, diz oylukları ve dirsek içleri gene kaşınıyor. Ben tekrar sabah idrarı uygulamasına döndüm, hastalığın yayılmasını önlüyorum. Size teşekkür ederim. Gerçi bir sorunum var: Hazirandan beri yüzümde, özellikle göz kapaklarımda ve göz içinde kaşıntı var. Yakında bu "çok özel sıvıyı" "boyundan yukarı bölgede"de kullanabileceğimi umuyorum.

***Barbara J. Dortmund'tan:*** İnsanın kendi idrarı Nörodermitis'in korkunç kaşıntısını da gideriyor. Yayınınızdan öğrendikten sonra hemen denedim.

***Hattingen'den Elisabeth N.:*** 7 yıl boyunca kulak dışlarımda egzamadan çok acı çektim. Kortizonlu bir merhemden başka bir ilacı yoktu. Radyoda idrar ile tedaviyi duyunca, uyguladım. Sonuç: İki gün sonra hafifledi, beş gün sonra geçti. Şimdi iki yıldır rahatım.

***Hilden'den Renate K.:*** Tırnak mantarı konusunda taze bir bilgi vermek istiyorum. İki yıl önce ayak tırnaklarımdan biri neredeyse düşecekti. Cilt doktoru, mantardan kurtulmak için en iyi çarenin tırnağı sökmek olacağını söyledi. 4 hafta boyunca her gece parmağımı idrarla ıslatılmış bir bezle sarıp yattım. Tırnak taptaze bir güzellikte yeniden çıktı, şimdiye kadar da sağlam duruyor.

***Vlotho'dan Emmi B.:*** Aile doktoru tırnağı sökmek istiyordu. Fakat pratik bilgiler veren yayınınızdan güç alarak, iltihaplı ayak tırnağıma her gün idrarla ve saf sabun banyosu ile tedavi uyguladım. 4 hafta kadar sonra tamamen iyileşti, buna çok sevindim.

***Würselen'den bir bayan dinleyici, ismini vermiyor:*** İdrarla tedavi konusunda size kendimle ilgili -çok olumlu- bir bilgi vermek istiyorum. Hemen hemen on yıldır elimdeki egzamayı, uzman doktorların tedavisi ile geçiremediğim halde, kendi idrarımı kullanmak sureti ile dokuz haftada iyileştim.

***Lindlar'dan Helga S.:*** Parmağımı kesmiştim, ama derince. Bir kasada çalıştığım için, mikrop kapmasından korkarak devamlı flasterle kapatıyordum. Tabii parmağımın sıyrılmasından çekindiğim için, yarayı geceleri de bantlıyordum. Bu böyle birkaç hafta sürdü. Bu arada bir egzama oluştu. Pomat almak istemedim, o sırada sizin yayınınızı duydum. Egzama geçmiyordu. Bir hafta süren içimdeki tiksintiyi sonunda yendim ve parmağımı özel sıvının altına tuttum. Müthiş yandı, fakat ben günde üç defa, üç gün boyunca buna dayandım ve egzama başka tedaviye gerek kalmadan geçti.

***Recklinghausen'den Anton R.:*** Bir çocukluk anım: Elimin üzerinde yaygın bir egzama vardı, (çepeçevre kabarmıştı). Annem elimi idrarıma tutmamı öğütleyince çabucak iyileşti. Bir deneme ve çabuk sonuç. Bu çiş işinden kimsenin haberi olmamıştı... Sizin programınızla hatırladım!

***Düsseldorf'tan Hannelore S.:*** Yıllardan beri kışın ellerimin üstü çatlar. En iyi kremlerin yararı olmadı, iki gün, günde iki defa ellerimi idrarla ovaladım, beklettim. Olabildiğince geç yıkadım. Ellerim (uzun zamandır) ipek gibi yumuşak ve pürüzsüz.

***Eitorf'tan Peter N.:*** Bende de bir idrar reçetesi var. Çocukken ayaklarımız soğuktan şişince (savaş sırasında bot bulunmuyordu) akşamları idrarla ıslatılmış bezleri ayaklarımıza sarıp yatardık. Üç dört dakika içinde ayaklarımız rahatlardı.

***Wuppertal'den dinleyici bir bey, ismini vermiyor:*** Çocukluğumda, kışın ayaklarımız şişmiş bir halde eve dönünce, babam, hepimize ayrı ayrı içine

kar doldurduğu kovaları getirir, içine çiş yaptırırdı. Sonra ayaklarımızı kovaya sokardık. Rus savaşı sırasında, ayaklarım donmaya başlayınca bunu hatırladım. Sanıyorum bu usul sayesinde ayaklarımın sağlığını koruyabildim.

***Bochumydan Tıp Dr. Regina D.:*** Savaş sırasında iki ayağım da dondu. 1946/1947'de Rostock'ta işitilmemiş bir kış oldu, öyle ki üniversiteler kapanmak zorunda kaldı, birinci sömestredeydim, ayaklarımın şişliği canıma yetiyordu, iki ayağımın kaşıntısından uyku uyuyamıyordum, çok perişandım. O zaman çok nazik ve kibar yaşlı bir hanımefendi, bana idrar yapar yapmaz, sıcakken ayaklarımı içine sokmamı öğütledi. Sözünü tuttum, ağrılar hemen geçti, bitti! Bu reçeteyi daha sonraları pratisyen hekimliğim sonrasında herkese de tavsiye ettim.

***Solingen'den Holger G.:*** Çocukluğumdan, 4-5 yaşımdan 18-19 yaşıma kadar donan ayaklarımın soğuk yüzünden şişmesinden ve kaşınmasından çok çektim. Daha derece eksiye düşmeden, ekimde, kasımda havalar soğumaya başlayınca, o da başlardı. Bir kışı, okul sırasında topuklarım yara olarak geçirdim. Cephede sağlık memuru olarak çalışan babam, izinli geldiği zamanlar daima çeşitli pomatlar getirirdi, ama bunların bir yararı olmazdı. Evde aklımıza ne gelirse denedik, örneğin, meşe kabuğu kaynatıp banyo, domuz ödü, karla ovuşturma, gazla pansuman vs. Hiçbiri fayda etmedi. Bir gün yaşlı bir teyze, öğüt verdi: "Bir de sıcakken kendi idrarını dene!"

İlk kaşıntılı kırmızı lekeler başlayınca, tavsiyesine uydum ve yaradı, iki veya üç hafta sonra kızarıklıklar tekrar başladı. Aralıklar gittikçe açıldı ve sonunda sorunum kalmadı. Şimdi 58 yaşındayım. Artık soğuktan ayaklarım morarmıyor.

***Bielefeld'ten Marianne R:*** Ben 1948'de Berlin'de doğdum. Ellili yıllarda para pek bol değildi ve pek çok çocuk gibi, kış aylarında benim de yalnızca bir çift eldivenim vardı, çok dikkatli kullanmak zorundaydım. Yani dışarıda oynarken (kartopu, kardan adam, kızak kaymak gibi) eldivenler giyilmezdi. Ellerimiz soğuktan donar, ama oyunu gene de bırakmazdık. Sonunda akşama eller çatlar ve acırdı. Bir defasında ellerimin üstlerinde, ağlıyordum, ellerimi yıkayamıyordum. Babam, kesin bir emir verdi. Ben 5-6 yaşındaydım. Çişimi gece lazımlığa yapacaktım! Hiç böyle bir şey

duymamıştım, çok korktum. Fakat daha beteri varmış. Çişimin içinde ellerimi yıkamalıymışım. Ağlayarak buna karşı geldim. Bu defa babam bana savaştan ve bunu çok önceleri yapmış olan askerlerden söz etti. Kaderime razı oldum. Müthiş yaktı, yeniden ağlamaya başladım. Çarşafın üzerine eski bir havlu serildi, ıslak ve çiş kokan ellerimi onun üzerine koyup uyudum. Ne kadar iğrenç gelmişti bu bana! Fakat ertesi sabah ellerim yumuşacık ve dümdüzdü.

***Köln'den Erika G.:*** Daha iki üç yıl önceki "idrar" konulu ilk yayınınızdan hemen sonra, size başarılı tedavimi bildirmek istedim, ama utancımdan vazgeçtim. Fakat birkaç hafta önceki ikinci yayınınızdan sonra deneyimlerini ve inanılmaz başarılarını anlatanları duyduktan sonra, ben de kendi başarılı tedavimi sizden esirgemeyeceğim. Çocukken, (80 yaşıma az kaldı şimdi) el ve ayak parmaklarım soğuktan şişerdi, acırdı. Annem (annelerden hep akılda bir şeyler kalıyor) akşam yatmadan önce, sözünü ettiğim organları henüz sıcakken kendi idrarımın içinde banyo yaptırırdı. Sonra bezlerle sarıp, yatardım. Her gece diretirdim ama, boşuna, fakat yararı oldu. Kısa süre içinde, inanmayacaksınız Bayan Thomas, acılarım dindi ve bugüne kadar bir daha olmadı.

Aynı reçeteyi yıllar sonra, küçük oğlumun donmuş ve şişlikten iki misli olmuş kulaklarına da uyguladım. Eskilerin sağlık usulleri onu da iyileştirdi.

***Herne'den bir bayan dinleyici, ismini vermiyor:*** Daha 44 yaşında olduğum halde ellerimin üzerinde yaşlılık lekeleri belirdi. Çoktandır canımı sıkıyordu. Mektuplardan sonra ben de bu lekeleri yok etmeye niyet ettim. Hayal kırıklığına uğradım, gerçi ellerim yumuşak ve düzgün oldular, ama lekeler kaybolmadı. Bir yerden doğal ilaçların geç etki yaptığı aklımda kalmıştı. Böylece tedaviyi sürdürdüm. Şimdi, altı aydan sonra, lekeler -en büyüğüne en inatçısına kadar- kayboldular. Hayranım.

***Wuppertal'den Elisabeth und Gerd v. E.:*** İdrarın iyileştirici etkisini işleyen geçen yılki yayınınızı hatırladık. Kendi "deneyimimizle" ellerimizin üzerindeki yaşlılık lekelerini yok ettik.

***Dinslaken'den bir bayan dinleyici, ismini vermiyor:*** Mucize gibi bir şey. Haftalarca çatlamış topuklarımın acısını çektim. Cilt doktoru hanım bana çeşitli pomatlar verdi. Sabah daha ilk adımı atarken acılar başlıyordu.

Hiçbir yararı yoktu. Aklıma özel bir sıvı hakkındaki yayınınız geldi. Akşamlan ayaklarımı idrarla yıkadım. Daha ilk banyodan sonra, yürürken acısı geçti. 14 gün oldu, hâlâ rahatım. Yürüyebiliyorum.

***İsminin bilinmesini istemeyen bir dinleyici:*** İdrar konusunda yaşam boyunca unutamayacağım bir olay aklıma geldi. Yedi yaşında bir kızken -kent çocuğuydum- köydeki çocuk kampına gönderildim. Ormandan geçerken, bir böğürtlen çalılığına daldım, acıdan ve korkudan koşuşurken çıplak bacaklarım çizik içinde kaldı. Yakındaki yaşlı bir nine hemen koşup geldi ve bana külotumu indirip onun avucuna çiş yapmamı söyledi, canımın acısından dediğini yaptım. Kadın onunla bacaklarımı ovaladı, acısı geçti, hepsi çabucak iyileşti.

***İsminin verilmesini istemeyen bir bayan dinleyici:*** Genç kızken, bir kız arkadaşımla birlikte, binicilik dersi alıyorduk. Öğretmenimiz, Almanya'nın doğusundan, çok sert bir eski askerdi; binicilikte çıtkırıldımlık istemezdi. Daha ikinci veya üçüncü derste bizi öyle uzun süre dolaştırdı ki, tam anlamıyla pantolonlarımız kıçımıza yapıştı. Yani kalçalarımız yara olmuştu. Bacaklarımızın iç kısımları, oturma yerlerimiz açılmış, kanamıştı. Adım attıkça feci acıyordu. Değil at sırtına, sandalyeye bile oturacak halde değildik, çarpık adımlarla ahırdan çıkmaya çalışırken, binicilik hocamız alaycı bir gülüşle, adamların arasında bize: "Bunun tek çaresi vardır, çocuklar üstüne işemek- eskiden Prusyalı süvariler de bunu bilirlerdi." demez mi? Donduk kaldık, -bütün bunlar 30 yıl önce oldu. Önce öğüde aldırış etmedik. Fakat iki gün sonra vuruk yerler iltihaplanıp sulanınca, akşam idrarla tampon yaptım. Müthiş yaktı, fakat gerçekten ertesi sabah yaralar kurumuştu, tedaviye devam edince küçüldüler, hepsi iyileşinceye kadar birkaç gün geçti. Bunu yapmaya yanaşmayan arkadaşımın iyileşmesi oldukça uzun sürdü. O zamandan beri idrarın gerçekten çok özel bir sıvı olduğunu biliyorum.

***İsminin verilmesini istemeyen bir bayan dinleyici:*** Dört ay kadar önce varis yüzünden bacağımda yara açıldı. Aile doktorum iltihap bulunduğu için bana iyotlu bir pomat verdi. Altı hafta sonra hâlâ iyileşmeyince eski bir ev ilacını denedim.

Açık ve iltihaplı yere sabah akşam kendi idrarımla pansuman yaptım. Kısa sürede yara iyileşti. Yeri hâlâ ağrıdığı için tekrar doktora gittim, iltihabın

dışarı akması gerekir diye, kapanmış yarayı deşti. Ben yeniden doktorun verdiği tentürler ve merhemlerle tedaviye uğraştım. Sonuç alamadım. Bunun üzerine aile doktorumun yerine vekalet eden doktora idrarla elde ettiğim ilk başarımı anlattım, idrarımı laboratuvarda tahlil ettirdi, bir şey bulamadığını söyledi. Fakat aile doktoruma bahsetmeden, idrarla tedaviye devam etmemi öğütledi.

Kısa zamanda yara gene iyileşti. Üç hafta içinde kabuk düştü altından temiz cilt göründü.

***Hagen'den Hans Joachim:*** Çocukluğumda (1946-50) yeni deri pantolonumun, bacağımın iç kısmında, dikiş yerinden vurduğunu hatırlıyorum. Annem (doğumu 1902), bunu benim kendi sabah idrarımla tedavi etti. Çok başarılıydı.

***Düsseldorftan Hans Jörg K.:*** Çocukluğumdan beri idrarın iyileştirici etkisini, spor yaralanmalarından bilirim. Öncelikle aletli jimnastikte, ringte, barfikste, halat tırmanmada, avuç içleri magnezyum tozu ile ovuşturulsa da, hızla kayarken bazen ipin üzerinde deri parçaları sıyrılıp kalırdı. Spor hocamız, ailelerin ve diğer öğretmenlerin hışmından korunmak için, bize gizlice, sıyrılan avuçlarımızı kendi idrarımızla ovalamamızı tembih ederdi. İlk yakıştan sonra acı geçer, bir gecede şifa sağlanır ve biz ertesi sabah yarışmaya hazır olurduk.

***Doris V. Kevelaer-Kervenheim'dan:*** Önce şu: Ayağımda mantar var(dı), ancak tatilde İtalya'ya gidince sorun kalmıyordu. Ancak Sicilya'da "aman, nihayet" diyebiliyordum. Lipari volkan adalarında kükürtlü memba suları var. Bana çok iyi geliyordu. Eve dönünce, ne yapacağım diye kara kara düşünüyordum. Sonra tesadüfen yayınınızı duydum ve bildiğim kadarıyla idrarın içinde de kükürt var diye düşündüm. Artık durmak olmazdı. Her gün bir defa, vaktim olursa iki defa ayaklarımı kendi idrarımla yıkadım. Ayaklarım pırlanta gibi oldu. Mantar geçti, koku kalmadı, pul pul dökülen deri düzeldi...

Çok gezersem veya gece geç saatlere kadar eğlenirsem, gözlerimin etrafında şiş halkalar oluşuyordu. Artık sorun değil sabah yıkaması ile geçiveriyor...

Siğilleri de böyle tedavi ettim. Yüzümde gözüme yakın küçük bir tane ve ellerimin üzerinde siğiller vardı. Gözümün yanındaki bir haftada geçti, ellerimin üzerinde de pek azı kaldı... Ameliyat geçirdim. Kesik yeri de idrarla tedavi ettim, doktor: "Ameliyat yarası harika kapanmış" dedi.

Yazın güneş yanığı mı var? Dert değil, ilacı yanımda. Arı sokması, diken batması, denizanası, mum veya ocaktan yanıklarını idrar şaşılacak kadar çabuk iyi eder. Yılın başında Karaormanlar'da kür yapıyordum, orada da bu sıvı dolayısı ile takdir ve övgü aldım. Cilt egzamamı da onunla iyileştirdim.

Saçlarım dökülürse, orada da deneyeceğim. Yani ben bu konunun misyoneri olmaya çalışıyorum.

***Bonn'dan Barbara H.:*** İlk baştaki ürküntüden sonra, sabahları yüzümü idrarla yıkamaya başladım. Cilt çok daha yumuşak oluyor. Bu mektubun sebebi ise çok daha şaşılacak bir olay. Yıllardır parmaklarımda bir mantar vardı, kazındı ama iyileşmedi. Sonunda şua tedavisi ile (uzun süre her gün üniversite kliniğine gittim) geçti. Geçenlerde gene ortaya çıktı. Tekrar böyle bir tedaviye girişmeyi canım istemedi ve kendim tedavi etmeye karar verdim. Her sabah ellerime işedim. Bir hafta sonra mantarın bir kısmı geçmişti, onu izleyen hafta mantar büyük ölçüde kayboldu. Harika! Tedaviye başlayalı daha bir ay olmadı, sadece küçücük inatçı bir iki yer var. Fakat ben onları da geçiririm.

Doğrusu, bu kadar basit bir şekilde, vakit kaybetmeden, tek başıma -üstelik başarılı olarak- mantarı tedavi ettiğim için çok mutluyum. Daha çok bilgi toplamak isterdim. Kendi vücudumuza daha çok ilgi! Yayınınız için çok teşekkürler böyle devam edin!

***Leverkusen'den Hannelore R:*** On üç yaşındayken, on parmağımın da uçlarında siğiller çıktı. Merhemlerin kremlerin yararı olmadı. Hindibasütü sürmek de fayda vermedi. Çaresiz (çok genç ve oldukça saftım) doktora gittim. Doktor bana, her sabah ilk idrarımla parmaklarımı yıkamamı söyledi. Ben de yaptım ve on dört gün sonra bütün siğiller kayboldu. On yıl kadar sonra 5 yaşındaki kızımın tabanında kocaman bir siğil oluştu. Yürümekte zorluk çektiği için onu doktora götürdüm. Doktor bakınca, ameliyatla alınmalı dedi. Bir hafta sonraya randevu verdi. Çocuğun en az birkaç gün ayağını uzatıp oturması gerekeceğini biliyordum, fakat bu

afacanı nasıl tutardım? On yıl önce yaptığım metodu hatırladım ve ayağını her gün idrarla yıkadım. Önce tabii bağırdı, direndi, ama güzellikle ikna ettim. Beş gün sonra siğil geçti. Doktora telefon edip randevuyu iptal ettim, "idrar tedavisini" duyunca, tepkisi; Telefonu kapatıverdi. Kızım şimdi 22 yaşında. Siğil bir daha hiç çıkmadı.

***Köln'den Cordula R:*** Geçen sonbaharda, erkek arkadaşımla tatildeyken, çıkan bir siğilini, benim öğüdümle iki günde iyi edince, ben de kalçamda çıkan büyükçe bir siğili aynı şekilde sabah idrarı ile denedim. Günden güne, derimin içine doğru, küçülerek kayboluşunu görmek inanılmaz bir şeydi, iki hafta sonra kayboldu. Hiçbir iz de kalmadı, ameliyatla alınmış olsaydı mutlaka izi kalırdı. O günden beri, idrarı bir çeşit yüz suyu olarak da basan ile kullanıyorum. Annem zaten uzun zamandır idrarla tedavi uygular. Homoepatik çalışma yapan aile doktorumuz, geçenlerde bana, gebelikteki sabah bulantılarını, sabah idrarının %80 geçirdiğini söyledi. Bu iş için idrar kaynatılacak asidini emecek bir ürün eklenecek ve içilir hale getirilecek. Bütün şifa verici özellikleri yanında idrarın her an hazır bulunma gibi bir pratik yanı da var.

***Bornheim'dan adının verilmesini istemeyen bir bayan dinleyici:*** Biraz geç oldu, ama size "özel sıvı" yayınınızın yabana atılır bir şey olmadığını söylemek zorundayım! Oğlumun popo yanakları arasında bir siğil çıkmıştı. Ona idrar kullanmasını öğütledim, iki haftada siğil geçti! Harika değil mi?

***Köln'den Simone W.:*** 1990 yazı sonunda yüzümde siğil belirdi. Gittikçe yayıldı. Aile doktoru A-vitaminli bir oksijen pomadı verdi, böylece yüz derisi soyulacak ve siğiller de dökülecekti. Artık yüzüm hep kıpkırmızıydı, keskin pomat gözlerimi yaşartıyor, deriler dökülüyor fakat siğiller yerinde duruyordu. Bunun üzerine iki defa kazıma yapıldı, yani sivri keskin bir kaşıkçıkla siğiller çıkarıldı. Tedavilerden sonra suratım asfalta yapışmış gibi görünüyordu. Siğiller yeniden çıkıyordu. Haftalar sürdü ve ben ruhsal çöküntü içindeydim. Çeşitli tıp kitaplarına başvurdum, daha da sinirlendim. Kesin bir tedavisi yoktu, siğillerin geçmesi yıllarca sürebilirdi. Bu haldeyken, devamlı idrar yayınımıza gelen dinleyici mektuplarını dinliyordum. Nihayet şans bana güldü: Bir bayan bu özel sıvıyı nasıl kullandığını anlatıyordu. Gerçi işlem biçimi beni tiksindirdi, ama başka

çarem kalmadığından, sabah idrarımla yüzüme tampon yaptım. Sonuç 4-5 gün içinde, siğiller geçti ve bir daha da çıkmadı.

***Hameln'den Frau Ingeborg K.:*** Bir süre önce ayağımda tırnağımın dibinde bir nasır oluştu. Çok acıyordu. Uygun bir ilaçla iyileştirelim. Fakat sevincim kısa sürdü. Aynı yerden yeniden vurmaya başladı. Bu defa dıştan görünen bir şey yoktu, içerden şişme vardı. Ağrısı çoğalıyordu. Kendimi bir operasyona hazırlamaya çalışıyordum. Fakat birdenbire sizin "idrar" yayınınız hızır gibi imdadıma yetişti. Düşündüğümü yaptım. Günde üç kere, tırnağımın üzerine idrarlı pamuk koydum. Kısa sayılacak bir sürede ağrı geçti, şimdi ise gayet zarif bir ayak parmağım var.

***Winterberg'ten bir hanım dinleyici; ismini vermiyor:*** İdrar konusunu büyükbabamdan duymuştum. Bir gün elime kıymık batınca onu denedim: Elimi yarım saat kadar, bir tas idrarın içinde elimi tuttum. Sonra da idrarla dezenfekte ettiğim bir iğne ile kıymığı çıkardım. Ertesi sabah yara kapandı.

***Essen'den bir hanım dinleyici, ismini vermek istemiyor:*** Yıllardan beri dudağım uçuklar. Bu yüzden yola çıktığım zaman bile bunun pomadını yanımda taşırım.

Nisan ayında kocamla birlikte Türkiye'ye üç haftalık tatil için gitmiştik. Birkaç gün sonra uçuklar başladı. Pomadı sürdüğüm halde alt ve üst dudaklarım öyle şişti ki, yiyip içemez oldum. Çaresizlikten sizin yayınınızı ve birçok kişinin idrarın yararlarını öven yazılarını hatırladım. Hemen tedaviye başladım. İki gün sonra kocam şişliğin bir hayli indiğini fark etti. Birkaç gün içinde dudaklarım iyileşti. Ancak sonucu aldıktan sonra, kocama tedavimden söz ettim.

***Düsseldorf'tan Heidemarie G.:*** Ben de kendi idrarımla tedavi oldum. Aniden bir tür zonaya yakalanmıştım. Yeni bir kot pantolon yüzünden sol yanımda kıpkırmızı döküntüler çıktı. Pomatlar fayda etmedi, dinleyici mektuplarını işittiğimden, cesaret ettim ve üç kere uyguladım. Kısa sürede iyileştim.

***Wesseling'den Anni L.:*** 1990 yazı kaplıcada tatildeyim iki ayağımda da kızartılar, parmaklar arasında dayanılmaz kaşıntı -ne pudra, ne krem fayda ediyor, evde ilk idrarı ayak parmaklarımın üzerine döküp bekliyorum, ikinci

gün tekrarlıyorum... Ve bitti. Bugüne kadar sorun yok, havuza da girebiliyorum.

***Pulheim'dan Christa B.:*** Cilt sorunumun geçmesine küçük bir teşekkür olarak size, idrar tedavimi anlatayım. Güneşli günler başlar başlamaz, kollarımda da bir kaşıntı başlardı. Bir gece kanatırcasına kaşıdıktan sonra, idrar tedavisini hatırladım. Ertesi sabah denemeyi yaptım. Sonuç: Kaşıntı geçmişti, kırmızı döküntüler de, hava koşulları aynı olduğu halde, üç gün sonra kayboldular. Geçen yıl haftalarca acı çektikten sonra, şimdi böylesine çabuk kurtulmuş olmaktan ne kadar sevinç duyduğumu anlayabilirsiniz. Ayağımdaki dayanılmaz kaşıntıyı da hallettim.

***Köln'den İrene L.:*** Önce bu yayınınızdan dolayı size çok teşekkür ettiğimi söylemeliyim. 5 yıl kadar önce kulağımda dayanılmaz bir kaşıntı oldu. Cilt doktoru kortizonlu bir pomat verdi. Üç gün pomat, kaşıntı geçiyor; üç gün kullanmıyorum, kaşıntı başlıyor. Yayınınızdan sonra, sabah bir pamuklu çubuğun üzerini ilk idrarımla ıslattım ve kulağımı sildim. Ne olacaksa olsun, daha kötü olmaz ya... Üç hafta boyunca bunu yaptım. Şimdi 8. hafta ve kaşıntı yok. Fakat bunu doktoruma söylemeye cesaret edemiyorum, beni deli zanneder. Size ve yayına emeği geçenlere teşekkür ederim Bayan Thomas.

***Velden-Kranzlhofen (Kârnten)'den Hannelore R:*** 18 yıl boyunca yılda bir ya da iki defa sol bacağımda "domuz yılancığı" (erepisel) denilen kızarmalar oluşurdu. Kısa, şiddetli bir ateşten sonra, ciltte streptokokların (cerahate yol açan bakteriler) yerleştiği bölgelerden bir kızarma başlar ve çok zor geçerdi. Kan damarları yoluyla hastalık taşıyıcının diğer organlara geçmemesi için yatakta dinlenmem gerekiyordu. 1988 eylül ayı başında, vücudumdaki kıpırtıdan ateş yükseleceğini fark edince, "ölümü göze alıp" kendi idrarımı içmeye karar verdim. Yayınınızı daha yeni dinlemiştim ve yirmiden fazla bu tür vakadan söz edilmişti. Ateşim kırkın üstüne çıktı, kırmızılık çok kuvvetliydi ve üç gün değişiklik olmadı. (Ağrısı da cabası). Sonra durum yatıştı ve bir daha nöbet geçirmedim. Aradan dört yıl geçti. Homeopatinin başaramadığını "çok özel sıvı" başardı. Sizin dinleyicilerinizden birinin yazdığına göre -tıpkı şu Hintli bilgin veya prens gibi- ben de her sabah "ilk idrarımdan bir içimlik" alıyorum. Herkes görünüşüme hayran, ben de kendimi çok iyi hissediyorum. Küçük yaraları,

boğaz ağrısını da idrarla tedavi ediyorum. Allah biliyor ya, "çok özel bir sıvı bu".

***İsminin verilmesini istemeyen bir bay:*** 1957'de ilk defa Yugoslavya'da kaplıcaya gittim. Denizkestanesini bilirdim ama, insanın iki ayağı ile üzerine basmasının nasıl olduğunu bilmezdim, hemen kahramanca işe koyuldum. Bir sürü genç hanımın önünde bir bıçakla dikenleri çıkarmayı denedim. Sonuç: Ayak iltihaplandı. Yürümeme imkan yoktu. Yaşlı bir Hırvat hemen şöyle dedi: "Bıçakla uğraşma, bir leğen bul, içine çişini yap, ayaklarını batın" Üç dört gün sonra denizkestanesinin dikenleri, kendiliklerinden çıktılar. Ağrı kalmadı, tatil şahaneydi! Bu kadar basit.

***Hannover'den Berna M.:*** 1974'te kız arkadaşımın dizine deniz kestanesi batmıştı. Diz kapağından bir sürü dikeni çekip çıkardıktan sonra arkadaşım yara yerini idrarla sildi. Birincisi, yanma hissi duymadı, ikincisi, diz iltihaplanmadı. Bu tedaviyi bize bir Yunanlı öğretmişti.

***Kamp-Lintfort'tan Eva K.:*** Babam, 1945 Mayısı'nda Çekoslovakya'daki bir toplama kampına götürülmüştü. Babamın heykeltıraş olduğunu öğrenen nöbetçiler, ondan intikam almaya kalkmışlar. Parmaklarım bir demiryolu rayı üzerine koydurup, çekiçlerle parmaklarını kırmışlar. Hiçbir hijyenik ve tıbbi ilaç olmaksızın, babam bol su içip bol idrar yapıp, parmaklarını bununla yıkayarak kurtarmış. Parmakları böylelikle iyileşmiş ki, sonradan ağaç oyma heykeller yapabildi ve 76 yaşına kadar tezgah başında çalıştı.

***SprockhöveVden Heinz K.:*** Dikkatsizlikle sol elimin işaret parmağını kesmiştim. Bir elektrik kablosunun izolesini açarken, 1,5 santime yakın bir kesik oldu. Şaşkınlığından tuvalete gittim ve akan kanı dindirmek için parmağımı idrarımın altına tutarak yıkadım. Hayretle kesiğin birkaç gün sonra kapandığını gördüm. Bu olaydan sonra sizin yayınınızın hayat kurtardığını söyleyebilirim.

***İsmini vermek istemeyen bir bayan dinleyici:*** Kocamın gözüne çok yakın, (hemen altında) kocaman kırmızı, etli bir sivilce çıkmıştı. 1 cm. büyüklüğündeydi. Kocam ve göz doktoru ameliyatla almak istiyorlardı, ama kocam göze bu kadar yakın yere bıçak değdirmeye çekiniyordu. Böylece iki yıl o koca sivilce ile dolaştı, ta ki, sizin yayınınızı dinleyinceye kadar. Hemen o akşam kocama bundan söz ettim, hiç sesini çıkarmadı, ben

de unuttuğunu düşündüm. İki üç ay sonra bir gün bana: "Gözüme bak, bir şey fark ediyor musun?" diye sordu. O "sersem şeye" öyle alışmıştım ki, yerinde olmadığını fark etmemiştim. Kocam artık ameliyata gerek kalmadığı için çok memnundu. Meğerse, o, benim banyodaki küçük pamuk yumaklarımla, o nesnenin üzerine idrarla hep tampon yapmış. Fakat ben de, sizin yayınınızdan sonra, 50 yıl önce (şimdi 56 yaşındayım) çocukken dinlediğim idrarın şifa verdiği söylentilerinin doğruluğuna tanık oldum. Harika bir ev ilacı!

İç Hastalıklar

***Köln 'den isminin verilmesini istemeyen bir bayan dinleyici:*** Yayınınıza ve vücuduma gerçekten müteşekkirim: Dün ahşap merdivenimizden aşağı yuvarlandım. Bir an yüzüm sapsarı, midem bulanarak, nefes alamadan kaldım. Sağ böbreğim, topuklarım, dirseklerim fena çarpmıştı. Kolumda iki basamağın izi, iki bere halinde derhal morardı. Birden aklıma yayınınız geldi. Banyoya koştum ve bir pamuk parçası ile dirseklerime tampon yaptım. Dikkatle dokundurmama rağmen çok acıdı. Sonra böbrek bölgesini dıştan ovdum.

Kız arkadaşım; "Kolun simsiyah olacak," dedi. On dakika kadar uzandım. Sonra dirseğime baktım. Ben idrar fikri ile tuvalete koşarken bana acıyarak bakmış olan arkadaşım: "Bu kesin bir kanıt!" dedi. Gerçekten! Kendim görmeseydim, oldukça kuşkucu biriyimdir, imkanı yok inanmazdım. Kolumdaki iki bere de, şişlikte, silinip gitmişti. Morluk da artmamış azalmıştı. Derhal giriştiğim ikinci bir tedaviden sonra, yarım saat geçince, sadece kemiğin üzerindeki deride bezelye tanesi kadar bir şişlik ve dokununca hassasiyet kaldı. Böbrek üstü yerler, sadece bir kere ve yanlış yeri ovduğum için morardı, topuklarım da herhalde korkudan ve kuşkuculuğumdan akıl etmediğim için çürüdü.

***Monschau'dan ismini vermek istemeyen bir bayan dinleyici:*** Daha pek çok kişinin kahvaltıda lokmalarını boğazına tıkmak pahasına, ben de size bu özel sıvının şifalı etkisini hissettiğimi söylemek zorundayım.

Dolaşmayı severim, birkaç yıldan beri emekli olduğum için, sık sık ve uzun uzun yürüyorum. Fakat bir vakitten beri, bu bana eziyet oldu: Dizimde önceleri çok ağrı yapan bir artroz başladı. Doktor tedavisi ile gerçi biraz

hafifledi, ama büsbütün geçmiyordu. Günün birinde, ben de denemeye karar verdim. Yani idrar tedavisini. Üç hafta sonra tekrar eskisi gibi oldum. Artık gene yürüyebiliyorum -çok uzun değil, günde 20 km-, ama yaşama sevincimi yeniden kazandım.

***Frechen'den Renate R.:*** İdrarla ilgili haberleri bir daha duyarsa hırsından direksiyonu ısıracağını söyleyen beyin ifadesini, şiddetle kınıyorum. Bu derece şifalı ve hiçbir yan etkisi olmayan bir tedavi sistemini, bizim kültür çevrelerimizin reddetmesi, hatta dehşete kapılması çok yazık. Buna burun kıvıranlar, bazı hastalıklarına karşı, belki de içinde idrar bulunan rengarenk kapları hiç çekinmeden yutuyor veya acıyan yerlerine pomatları sürüyorlar. Örneğin menopoz rahatsızlıklarında "Presomen" çok kullanılan bir ilaçtır. İçinde gebe kısrak idrarı da vardır. Bu ilacın içindeki kullanım tarifinden bir bölümünü de size gönderiyorum. Dr. Abele "İdrar Tedavisi" isimli kitabında menopoz rahatsızlıklarına çok iyi etkisi olduğunu yazıyor. Ben insülin iğnesine alışık bir şeker hastası olduğum için, hemen kendime iğneyle uyguladım ve üç yıldan beri sıcak basması, uyku bozukluğu gibi menopoz rahatsızlıklarının bütün tipik belirtilerinden kurtuldum. Aylar sonra tekrar sıcak basacak olursa, gene iğneyi yaparım, iki seferde tamam. Yan etkisi de yok. Östrojen kullanıldığında görülen, kilo almak türünden, istenmeyen, sakıncalı bir etkisi de yok.

***Kamp-Lintfort'tan Eva K.:*** Bu günlerde, geçmişte kalan şeyleri düşünürken, birden -doğrudan değilse de- idrarla ilgili bir hususu hatırladım. Okul yolum çok uzundu. Okula gidebilmek için her gün, 4 kere, ormandan tarlalardan geçerek 4 km. yol yürüyordum. Uzun boylu ve çok zayıftım, yolda yorulur, yola veya dere kenarına oturur, kusacak gibi olurdum. Böylece 3. ya da 4. sınıfa geldiğimde, yorgunluğa bir de tek taraflı baş ağrısı eklendi, ayrıca ara sıra görme zorluğu çekiyordum, gözlerim ağrıyor, oyulacak gibi oluyordu.

Annem çaresiz kalıp beni, aynı zamanda otlarla ilaç yapan yaşlı bir ebeye götürdü. Kadın bana, kötüleşince ve başımın ağrıyacağını hissedince, hemen mintanımın eteği ile yüzümü, burnumun ucunu ve alnımı birkaç kere silmemi öğütledi. Dediğini yaptım, gerçekten iyi geldi, migrenim geçti, yola devam ettim. Belki mintan eteği nedir diye soran olur? 65 yıl önce biz kızlar, keten mintan ve paçalı külot giyerdik. Mintan uzunca olur ve siyah

külotun içine sokulurdu. Mintanın alt ucu ile, çiş yaptıktan sonra kurulanırdık gömleğin bu kısmına da "mintan eteği" denirdi.

***Frenchen'den Renate R.:*** İnsülin kullanan bir şeker hastası olduğum için, idrar şırınga etmek üzere doktora gereksinimim yok. Üstelik, beni tedavi eden doktorların bunu yapacağına da emin değilim. Onlar ilaca yönelir. Dr. Abele'nin kitabındaki tarife uygun olarak, idrar miktarını her sefer 0,5 ml. artırıyorum. Ne yazık ki, kitapta enjeksiyonların hangi aralıklarda yapılacağı yazmıyor. Ben denemeye devam ediyorum. Günde 1,5 mililitreye kadar çıktım, sonra iki gün ara veriyorum.

Vücudun bağışıklık sisteminin yapılan bu yardıma tepki vermek için zamana ihtiyacı olduğunu düşünüyorum. Uyku problemim hiç olmamıştı zaten, fakat kendimi rekorlar kitabına geçmeye hazır görüyorum. Hissedilen fark şu: Eskiden yataktan kalkarken, aynen yatağa gireceğim sıradaki kadar yorgun ve bitkin olurdum. Şimdi sabahlan saat 6'da, insülin yapmaya kalktığım zaman kendimi gayet dinç hissediyorum. Daha hareketli oldum. Gündüzleri uyku ihtiyacım kalmadı. Kileri bile temizledim!

***Gütersloh'dan Hannelore O.:*** Herhalde o "çok özel sıvıyı" hâlâ topluyorsunuz. Ben de size bir öykü anlatacağım. Kocam bunu, Berlin Üniversitesi'nde tıp öğrencisi iken (1952) bir ders sırasında yaşamış ve uzun yıllar Almanya'nın çeşitli üniversitelerinde anlatmış.

Konu: Diabetes mellitus. Şeker hastalığının teşhisinde idrar önemli yer tutar. Profesör, acaba laboratuvarlar kurulmadan önce meslektaşlarımız, idrarda şeker bulunduğunu nasıl anlarlardı diye soruyor ve cevabını da kendi veriyor: "Şöyle, bayanlar baylar, tadarlardı!" Ve parmağını önündeki dolu idrar kavanozuna daldırıp, çıkarıp yalıyor. Sonra da öğrencilerinin birer, birer gelip aynı teşhis metodunu denemesini istiyor. Öğrenciler huzursuz oluyorlar, ama hocalarının dediğini yapmak zorundalar. Uygulama bittikten sonra profesör: "Cesaret, bayanlar baylar, cesaret, ama şunu da unutmayın ki, bir doktor için gözlem yeteneği en iyi laboratuvardan daha önemlidir: Kız arkadaşlarınızdan sadece birisi, benim orta parmağımı batırdığımı, fakat işaret parmağımı yaladığımı fark etti!"

Saçlar

***Düsseldorf'tan ismini vermeyen bir dinleyici:*** Yayınınız zihnimde yer etti. İdrarı ilaç olarak kullanmak yöntemini artık ben de uyguluyorum, örneğin saç bakımında. İlk idrarı, saçıma emdirip en az 6 saat bekliyorum, sonra yıkıyorum. Böylece saçlarımın dökülmesini önledim ve parlaklık kazandılar.

***Bad-Berleburg'dan ismini vermeyen bir dinleyici:*** Pek çok kişi saç dökülmesinden yakınır. Bunun çeşitli sebebi olabilir. Ben idrar masajı ile çok iyi sonuç aldım. Tanıdıklarım arasında, beş kişiden dördü yıllardan beri bunu yapıyordu ve kıskanılacak gürlükte saçları var; beşincisi ise daha 32 yaşında ve dazlak. Denemek isteyenlere başarılar dilerim. Soğuk su, saç için zararlıdır.

***Remscheid'tan ismini vermeyen bir dinleyici:*** Zamanında yayınlarınızı ilgiyle izledim. Sabun konusu beni hayran bıraktı. Şu pis kokulu şey nasıl sabun olabilirdi? Geçende evde yalnızdım. Temizlik yaparken, 12 yaşındaki kızımın haftalar önce ayak parmağındaki mantarı ve arı sokmasını tedavi etmek için kullandığı idrar kavanozunu buldum. Şunu bir deneyeyim dedim. Gayet keskin, pis kokuyordu. Bu sarı renkli sıvıyı yağlı saçlarıma dökerek ovaladım: Yumuşak şampuanı andıran bir köpük oluşturdu, bir havluyla başımı sarıp biraz bekledim, sonra suyla çalkaladım, kokusunun çıkmayacağını (pek hoş olmadığını söylemeliyim) düşünerek tekrar şampuanla yıkadım. Sonuç: İpek gibi yumuşak saçlar ve alışılmamış yumuşaklıkta eller. Ve aklım karıştı: Demek bu "pis şey" gerçekten "sabunmuş". Harika!

Gözler

***Münster'den Margarethe B.:*** Oturduğum ev rutubetli ve soğuk olduğundan, devamlı sinüzit sıkıntısı ve göz nezlesi çekiyorum. Göz damlalarının ve diğer ilaçların yararı olmadı. Ben de kendi idrarımı denedim. Hayretle iyi geldiğini gördüm. Ayrıca, göz kenarındaki kırışıklıklar ve burnumun yanındaki bir etbeni de kayboldu.

***Ratingen'den Marianne W.:*** Konu ile ilgili olarak dinleyicilerinizden gelen yazılan dinledikten sonra, göz kapaklarımın dibinde oluşan arpacıkları idrarla tedavi etmeye başladım. Dört yıldır çeşitli sülfamitlere rağmen, durmadan çıkan arpacıklar canımı çok sıkıyordu. Göz doktoru, kirpik

diplerimin çok zayıf olduğunu, bunu hayat boyu çekeceğimi söyledi. Bu aralar çok çaresizdim, idrar tedavisi ile arpacıklar gittikçe küçüldü ve seyrekleşti. Karnavalda yeniden çıkan kocaman ve iltihaplı bir arpacık beni korkuttu, fakat çok sıkı bir idrar tedavisi ile üç günde geçti ve geriye iltihap da bırakmadı. O zamandan beri ara sıra görünen çok küçük iltihapları, idrar tedavisi ile hemen geçiriyorum. Artık göz çevrem sağlıklı. Sabah-akşam idrarla siliyorum!

***Hüllhorst'tan isminin verilmesini istemeyen bir dinleyici:*** Çocukken gözümde sık sık arpacık çıkardı. Bu kirpik dibinde küçük bir iltihap keseciğidir. Ben de elimdeki mendili çişimle ıslatır arpacığa bununla pansuman yapardım. Çok sürmez arpacık kaybolurdu. Şimdi, doğal sağlık yöntemleri konusunda bir yıllık kurs yaptıktan sonra idrarın, hormonal rahatsızlıklarda kalçadan enjeksiyonla verildiğini ve iyi geldiğini de öğrendim. Yani idrarın içinde hormon var.

***Mülheim an der Ruhr'dan Elisabeth K.:*** Sizin yayınınızdan sonra bir ahbabıma ses bandı gönderdim. (Kördür). Her sabah idrarla ıslattığı mendili ile gözlerini silmiş. Bir süre sonra bana telefon etti, gözlerinden akan cerahat kurumuş ve göz kapakları artık yapışmıyormuş.

***Müllheim'den isminin verilmesini istemeyen bir bayan dinleyici:*** İki yıldır, ne pomatlarla, ne de damlalarla geçen bir göz iltihabı çektiğimden, (kortizon bile geçici bir iyilik sağladı) kendimi idrarla tedavi etmeye karar verdim.

Bu maksatla, bir parça pamuğu, "özel sıvı" ile ıslatıp gözlerimi açık tutarak, iki gözümü de yıkadım. İltihaplı olduğundan önce müthiş yandı. Fakat bu işlemi günde iki defa yapınca bir rahatlama hissettim. Eskiden olduğu gibi batma ve yabancı madde duygusu kalmadı, gözlerdeki kızarıklık ve ağrı geçti. Sonunda iltihap tamamen söndü ve hastalık sona erdi.

Bu vakada da doğa, insan hünerinin çok ilerisinde. Bu etkili bedava ilaca gerçekten teşekkür borçluyum ve herkese öneririm!

Kulaklar

***Kari T. Aachenfden:*** İstrien'deki küçük bir marinada kaptanın 15 yaşındaki oğlu dehşetli kulak ağrısından yakınıyordu. Yakında doktor yoktu, tekneyle açılmak istiyorduk, ama bu imkansızdı; tatil tam anlamıyla suya düşmek üzereydi. Ben Bayan Thomas'ın programını hatırladım ve idrarla tedaviyi önerdim. Annesi kuşkuluydu, çocuğun bunu kabul edeceğini sanmıyordu. Ertesi günü çocuğun ağrısının hemen, hemen geçtiğini söylemesi üzerine çok şaşırdı. Ana oğul, ertesi gün bana teknede teşekkür ederlerken, çok sevinçliydiler.

Alerjiler

***Duisburg'dan Elisabeth C:*** İşte size idrarla tedavide başarılı bir örnek. Uzun yıllardan beri saman nezlesi çekerdim. Belirtileri: Gözlerin şiddetli kaşınması, şişmesi, aksırma ve nefes almakta güçlük. Dinleyicilerinizden birinin, devamlı iltihaplanan gözlerini idrarla tedavi ettiğini öğrenince, gözlerim kaşınmaya başlar başlamaz, idrara batırdığım bir pamukla her gün sabahlan gözlerimi sildim. 6 haftadır devam ediyorum, gözlerim kaşınmıyor, şişmiyor, aksırmalar da geçti, öyleyse yanak boşluğundaki sinüsler de rahatladı. Sonuç olarak astım krizleri de eskisinden çok hafifledi. Bütün polen alerjisi olanlar, bu basit tedavi ile nasıl rahatladığımı hissedeceklerdir.

***Krefeld'ten Gerhard C:*** Pratik sağlık bilgisi öğrenimim sırasında astım krizini, kendine yaptığı idrar iğnesi ile geçirdiğini söyleyen bir adamla tanışmıştım. Söylediğine göre başarılıymış.

***Feusdorf-Jünkerath'tan Elli K.:*** Bad Münstereifer'den yapılan "idrar" programına bir teşekkür daha. Hastanedeki bir doktor daima, "kaşıntı" ağrıdan daha kötüdür, derdi. Bendeki alerji de beni öylesine canımdan bezdirdi. İdrar gerçekten işime yaradı! Her gece bu basit, şifalı metodu kullanıyorum, yüzüm, ellerim, bacaklarım bu hastalıktan kurtuldu. Artık kortizonlu ilaçlara gerek kalmadı.

***Bochol'dan adını vermeyen bir dinleyici bayan:*** Birkaç yıldır ellerimde pul pul lekeler vardı. Özellikle baş ve işaret parmaklarımda. Bazı zaman kepek gibi döküntü yapıyor bazan kızarıyordu, sanki yanık geçirmişim gibi... Pomatlar kremler fayda etmedi. Doktor su alerjisi diye teşhis koydu.

Dört hafta bu yerleri kendi idrarımla ıslattım. Sonuç harika. Ellerim "yeni" gibi oldu, lekeler gitti, yumuşacık oldu. Gerçekten "çok özel bir sıvı"!

***Lohmar'dan adını vermeyen bir bayan dinleyici:*** Kocamla birlikte 1982 Ekimi'nde Maldiv Adaları'na tatile gittik. Güneşten yararlanmakta dikkatli olmak için, önce ada hakkında iyice bilgi edinmek niyetindeydik. Fakat, birden benim yüzüm dehşetli yanmaya başladı, öyle ki gözümü açamıyordum, öyle ağrıyordu. Fakat bu defa benim güneşe karşı özel ilacım "psilo" yeterli olmayınca, idrarı denedim. Zira böyle küçücük bir adada doktor bulmak zor. İşe bakın, faydası oldu!...

Beni neyin iyi ettiğini kocama çok sonra anlattım. Bayan Thomas, siz kocamın o andaki yüzünü görseydiniz, gülmekten gözünüzden yaş gelirdi. Karısından böyle bir şeyi asla beklemezmiş! Fakat çaresizlik ve korku beni bu önleme yönlendirdi.

***Köln'den Petra C. Lydia R.:*** Gerçi idrar programı geride kaldı ama benim çok işime yaradı. Ellerimde güneş alerjisi vardı, pomatlar fayda etmiyordu. Bir hanım programınızı hatırlattı ve "ellerinin üzerine çişini yap" dedi. Alerji hemen, geçti. Biz programınıza çok gülmüştük. Her ne kadar tanımıyorsak da Rodos'tan selamlar.

***Düsseldorf'tan Franziska D.:*** Ben de 7 günden beri alerjiye yatkın ellerimi kendi idrarımla tedavi ediyorum.

***Bonn'dan Gerda S.:*** Birkaç ay öncesine kadar, ellerimde ve vücudumun başka yerlerinde şiddetli kaşıntılı ve acı veren bir deterjan alerjisi geçirdim. Bunun sonucu olarak tırnaklarım kırıldı. Fakat idrar yayınından beri ben de, sabahları tuvalete gidince idrar yaparken ellerimi doğrudan altına tutuyorum. Ellerim ve sair yerler bedavadan iyileşti. Bir sürü pahalı pomatla başarı elde edememiştim.

***Rommerskirchen'den Dr. Ulrike S.:*** Birkaç yıldan beri doğal tedavi kliniğimde hastalanma kendi idrarları ile enjeksiyon uygulaması yapıyorum. En iyi sonuçları özellikle alerjik durumlarda aldım. Örneğin astım, alerjik cilt bozuklukları ve güneş alerjisi denen durumlar. İdrar enjeksiyonu hiçbir yan etkisi olmayan bir çeşit hassasiyet giderici oluyor.

Tek bir iğne ilkbaharda yapılınca bütün mevsimi saman nezlesinden ve güneş alerjisinden uzak geçirmek mümkün oluyor.

Ruhsal Açıdan

***Bonn'dan adını vermek istemeyen bir bayan dinleyici:*** Dinleyicilerinizden, idrarla tedavinin başarıları hakkında aldığınız çeşitli mektuplar, bana da tecrübe etme cesaretini verdi. Küçük yaralan ve sivilceyi yok edince, kendi idrarımı içmenin nasıl olacağını da merak ettim. Herhangi bir hastalığım veya midemden bir şikayetim olduğu için değil, sadece bu kadar harika bir şey olduğunu öğrendiğim tiksintiyi yenmek için. Önce sabah idrarından biraz bir bardağa alıp su ile karıştırdım ve burnumu tutarak içtim. Üç gün sonra bu tada alıştım, hatta bir gün önce yiyip içtiklerime göre ne kadar değişik tatlar verdiğine şaşırdım. Size bunları yazışımın sebebi ise şu: İnsanın, bu kadar doğal ve şifalı bir şey olduğu halde, kendi idrarından tiksinmesinin ne kadar yazık olduğunu anladım. Ve şimdi vücudumun böyle bir şey üretmiş olmasından gerçekten gurur duyuyorum. Kültürümüzün temizlik eğitimi ve vücuda yabancılaşması yüzünden kaybettiğim bir değeri yeniden kazanmış gibiyim, vücuduma başka bir gözle bakıyorum. Şimdi kendi idrarımın kokusundan hoşlanıyor ve onu seviyorum.

***Duisburg'tan ismini vermeyen bir bayan dinleyici:*** Yayınınızdaki idrar üzerine yazılan mektupları nefret ve tiksinti ile dinledim. "Nasıl olabilir" diye düşündüm. Şimdi, bilgisizliğimden, merak bile etmediğim ve kibirli olduğum için utanıyorum. Bir sivilceyi, böcek ısırığını, kesik yarasını iyileştirmeyi öğrendim. Fakat benim için en önemlisi, şimdi kendimi daha olgunlaşmış hissetmem. Birçok önyargılı kişinin böylece daha saygılı olmasına aracı olduğumu umuyorum. Kendi başımın çaresine bakabilme yeteneğim ve kendimle gurur duymam olağanüstü bir şey. "Pis" diye bildiğimiz idrarın pis olmadığını, tam aksi olduğunu bilmek beni çok etkiledi ve kendime güvenim arttı. Abartılı mı buluyorsunuz? Ben bulmuyorum. Bu bence, benim kişisel gelişmemin dönüm noktası.

***Duisburg'tan İlse F:*** Çocukluğumuzda bir şey bizi çok korkuttuğu zaman, bize zorla çiş yaptırırlardı. Bugün bunu şöyle açıklıyorum. Korkudan, insan içinden bir kramp geçirir, fakat idrar bırakırken tekrar gevşer. Ben şimdi de, birçok kaza, şok veya buna benzer korkular geçirenlere hemen iğne yapılacağı yerde, bu usulle rahatlık sağlanacağını düşünüyorum.

Her Sorunda: İdrar

***Herne'den Franz W.:*** Meslekten badana ve boyacı olarak size bir yöntemden söz edeceğim. Emülsiyon boyaları inceltmek için biz sık sık idrar kullanırdık. Normal su fazla kireçlidir ve istenmeyen reaksiyonlara sebep olur. En azından fazla etkili değildir, ayrıca idrar renk tonunu yumuşatır. Haberimi değerlendireceğinizi umarım.

***Schwelm'den Manfred M.:*** Eğer zehirli gaz solumak zorunda kalındığında maske yoksa, idrara batırılmış bir mendili buruna tutmak, maske yoksa, tehlikeyi önler. Orduda aylık gaz derslerinde bunu öğrendim.

***Münster'den Franz W.:*** Gizli mürekkep olarak idrarı kullandığım için biliyorum. Kağıdın sıcak bir radyatör üzerine bırakılması, yazının okunmasına yeter. Bütün gizli yazılar böyle hazırlanabilir.

***Bünde'den ismini vermeyen bir erkek dinleyici:*** Büyükbabam sigara üretimi ile ilgilenmişti. Babam ondan, tütünün eskiden küçük oğlanların idrarları ile ıslatıldığını duymuş. Sadece bu kadar, nasıl yapıldığını bilmiyoruz.

***Dortmund'tan ismini vermeyen bir bayan:*** Sizin "çiş hikayeleri"nin en çılgınını ben buldum galiba. Deterjan yerine, fayansları ovmak için, kendi idrarımı kullanıyorum. Yerler reklamlardaki gibi parlıyor. Aynca çevreyi koruyor ve ucuza geliyor. Sonradan temiz su ile tekrar yıkadığım halde, bunu kimseye söylemeye cesaret edemedim. Siz benim yerime duyurun.

***Arnsberg'den ismini vermeyen bir erkek dinleyici:*** Don olayının yaşandığı son günlerde, başarılı bir deneme yaptım. Donarak tıkanmış olan arabamın anahtar deliğini, kendi idrarımı kullanarak açtım. Ben bu mevsimde ispirto veya başka bir donmayı önleyici kimyasal madde yerine arabamın camlarını idrarla silerim. Herhalde bunu pek bilen yoktur.

***Kaars’tan bir bayan dinleyici, ismini açıklamıyor:*** Çok pahalı deriden şık bir çift yeni iskarpin. Giyince ayağımı vuruyor. Yarı kuşkulu, yarı ürkek, biraz da merakla tuvalete gittim. (Sabahtan siz gene idrarlı mektuplan okumuştunuz.) Babamdan duyduğum asker çizmelerini hatırladım ve benim lüks ayakkabıların içine çiş yaptım. Bir dakika kadar tuttum, sonra

ayakkabıyı boşalttım ve yüzümü buruşturarak giydim. Hayrettir, az sonra vurması acıtması, yakması geçti. Ne bir iz, ne bir leke. Ayakkabılar ayağıma tam oturdu!

***Münster'den ismini vermeyen bir erkek dinleyici:*** Geçende koskoca bir vazo bizim Afgan halısının üzerine devrildi. Halının üzerindeki suyu emdirmek istediğim bez, kırmızıya boyandığı gibi, belli belirsiz idrar kokmaya başladı. Karım eve gelince "tuvaleti açık mı bıraktın," diye sordu. Dün bir Arap ahbabımdan duydum, birçok ülkede boya ve yün işlerinde insan veya deve idrarı kullanılırmış. Aynı zamanda boyaların solmaması içinmiş.

***Bonn-Bad Godesberg'den bir erkek dinleyici, ismini vermiyor:*** Bu, eski bir binanın, eve dönüştürülmüş çatı katında yaşayan yaşlı bir adamın öyküsü: En yakın tuvalet iki kat aşağıda. Rahat olsun, gece ihtiyacı için kullansın diye, cam bir klinik idrar kavanozu edinmiş. WC'ye gidip kavanozunu boşaltırken aklına gelmiş, sudan iktisat için, sabah idrarını bahçeye dökmeye başlamış. Kısa sürede o kısımdaki bitkilerin daha iyi geliştiğini görmüş. Bu defa su tasarrufu, gübreleme planına dönüşmüş. Artık malum kavanoz çimenlere boşaltılmaya başlamış. Fakat tamamen bilimsel bir anlayışla bir de ayrı yer bırakılmış. Yaşlı bey kurnaz bir yüzle misafirlerine ön bahçeyi gösteriyormuş. Yemyeşil çimenler ve yol boyunca kenarında ince bir şerit halinde uzayan cılız otlar.

***Essen'den ismini vermeyen bir bayan:*** Çimen bakımı bana bir akıl verdi, çiçeklerimi sularken biraz idrar katmak. Uydurmuyorum. Çiçeklerimi görebilirsiniz. Aynı cins iki çiçekle, tam bir deney de yaptım.

***Marsberg'den ismini vermeyen bir bayan:*** Salatalık ve kabak türü sebzelerin çekirdekleri, ekilmeden önce 12 saat idrarda yumuşatılır. Bu kimyasal madde yerini tutar ve biz bunu üç nesildir kullanırız.

Kitabınıza ve onu okuyanlara başarılar dilerim. Böylece belki kimyasal ilaç masrafından ve kazıktan kurtulmuş oluruz.

***Elammersfeld'den Ulrich E:*** Eskiden süvariler atlarını idrarla ıslatırlarmış diye, binicilik çevrelerinde söylenir. Böylece daha iyi temizlenir ve derisi daha çok parlarmış.

***Bottrop'dan Angela K.:*** Ben, 49 yaşındayım, kıyıda, köşede kalmış, yoksul bir köyde büyüdüm. Biraz mal, biraz kiralık tarla, birkaç domuz, bir iki inek ve kümes hayvanı. Erkekler mesai saatleri şimdiye göre daha uzun işlerde çalıştıkları için, hayvanlara ve ev işlerine hep kadınlar bakardı. Domuzlar öksürük olunca, veteriner çağrılmazdı, çok pahalı kaçardı. Yalakların içine işenirdi, ilaca gerek kalmadan öksürük geçerdi.

***Hochneukirch'den Ursula H.:*** Ailemizin sevgilisi bir Leonberger'imiz var: Bol tüylü, aşağı doğru sarkık uzun kulaklı, iri bir köpek. Son günlerde bu kulaklar bize dert oldu. İçi de çok tüylü olduğu için, rahat hava almadığından geçende birden iltihaplandı. Hayvan başını hep eğri tutuyor, kulaklarını sürtüyor ve dokunmak için yanına kimseyi yaklaştırmıyor, havlıyor acı acı inliyordu. Veterinerin yanında muayene olurken iki erkek onu zor tuttuk, çocuk gibi bağırıyordu. Her gün kulağına kortizonlu ilaç damlattım. Fakat iki hafta geçtiği halde iyileşme olmadı. Zavallı hayvanı, hile ile kurnazlıkla tedaviye çalışıyorduk. Sonunda sizin yayınlarınızı dinleye dinleye, ben de köpeğin kulağını kendi idrarımla tedavi etmeye karar verdim. Bir tanıdığımın tavsiyesi ile sabah ilk idrarımı topluyor ve hayvanın kulağına, bir hafta ara ile küçük bir şırınga ile sıkıyordum. Artık ağrılarından kurtulmuş görünüyor.

# Hans Schadewaldt - Tıp Biliminde İdrarın Tarihi

## İdrar ve Onu Üreten Organlar Konusundaki Bilgilerimizin Geçmişi

Gerçi Johann Wolfgang von Goethe'nin, şiirsel eseri "Faust"ta kullandığı ve dünyaya yayılan "kan çok özel bir sıvıdır" sözü günümüze kadar gelmiştir, ama geçmişte de günümüzde olduğu gibi gerek tıp biliminin, gerekse bilim dışı çevrelerin çok daha fazla ilgisini çeken başka bir vücut sıvısı daha vardır: İdrar. Büyük ölçüdeki kan kaybı ölüme yol açabilir ve birçok kültürlerde ve dinlerde, örneğin Yahudilerde ya da günümüzün *Yehova Şahitleri*'nde kan, ruh taşıyan bir unsur sayılır. Bu yüzden Yahudiler kanamaları dinsel tarifler içerisine alırken, Yehova Şahitleri de yabancı bir ruhun vücuda girmesi tehlikesinden dolayı kan naklini yasaklamıştır. Fakat bütün kültürlerde idrar, belli ki, daha çok dikkat çekmiştir. Bunun nedeni, nasıl oluştuğundan başlayıp, vücuttan atılmasını sağlayan organlara kadar, farklı renklerde, değişik kokularda, tatta ve içerikte karşımıza çıkmasıdır. İdrar insanın tüm kişisel yapısının bir aynası olmanın yanı sıra, hastalıklar için bir tanı unsurudur. Üstelik bu sıvı, insanın fiziksel ve ruhsal bakımdan bütünsel kişiliğinin vurgulandığı günümüzde, değişik kültürlerde bütünselliğin bir modeli olarak, yeniden bir rönesans yaşıyor.

Bugün artık idrarın oluştuğu organ olarak, böbreklerin konuyla ilgisi herkesçe biliniyor. Fakat idrarın oluşumu ve dışarı atılışı binlerce yıl süren spekülasyonlara konu olmuştu. Bununla birlikte vücuttan aşırı miktarlarda atılan idrarın da, tıpkı atılan idrarın azlığı, yani sistit gibi, tehlikeli bir hastalığın göstergesi olduğu ve erken ölümlere yol açabileceği, çok eski dönemlerde bile anlaşılmıştı. Cenevreli doktor Theophile Bonet'nin (1620-1689) 1679 yılında yayınlanan kitabı, Barok dönem açısından tipik sayılabilecek tumturaklı bir başlığa sahipti: *Mezarlık veya Kadavralardaki Hastalıklar Üzerine Pratik Anatomi.* Kitap, böbreklerin işlevi üzerine o dönemdeki bilgileri kısaca özetler. Metnin bir yerinde söyle deniyordu:

*"Böbrekler tıpkı bütün evde akan suları toplayıp, bir sarnıca boşaltır gibi mesaneye aktarmakla görevlidir. Eğer bu görevini yapmaz ise, sular geri teper ve bütün evi su basar"*

Böbreklerin görevi ile ilgili bu bilgiler, antikçağdaki kavramlar ve bilgilere oranla çok daha ilkeldir. Bu ünlü anatomi-patoloji uzmanının, böbreklerin çalışması üzerine fazla kafa yormamış olması şaşırtıcıdır. Üstelik kitabının yayınlandığı sıralarda, bu ilginç organın anatomik yapısı hakkında o zamana kadar bilinmeyen ayrıntıları içeren bir sürü anatomik araştırma yayınlanmaktaydı. Hatta yazarlar tarafından, fizyolojik resimler bile çizilmişti. Evet, Bonet'nin bu kısa anlatımıyla, çağdaşı hekimlere, Roma İmparatoru Mark Aurel'in (121-180) özel doktoru ünlü Galen'in (129-199), böbreklerin işlevi ve idrar ifrazı hakkında 1500 yıl önce yayınlanan eserine oranla çok daha az bilgi verdiği söylenebilir.

Fakat, daha önce de belirttiğimiz gibi, antikçağın bilgileri o günün dünyasında yaygın olarak bilinmiyordu. Böbreklerle idrar arasındaki bağlantıdan hiç haberi olmayan toplumlar bile vardı. İnsan anatomisini gösteren bir Tibet resminde, böbrekler az çok doğru yerde gösterilmiştir gerçi, fakat büyüklükleri gerçekte olduğundan çok farklı çizilmiştir. Üstelik pek çok doğa toplumlarında, hatta bazı eski uygarlıklarda mesanenin idrarı oluşturan organ olduğu sanıldığı halde, Tibet resminde böbreklerle mesane arasında bağlantı bile bulunmamaktadır. Böbrek görece az kanlı bir organ olduğu için, kalp veya bol kanlı karaciğer kadar dikkat çekmemiştir. Fakat öte yandan böbreğin ve onu çevreleyen yağların can taşıdığı, bedensel ve ruhsal güç içerdiği, özellikle de cesaret verdiği inancı eski çağlarda çok yaygındı. Bu, ilkel toplumlarda cinsel fonksiyonlardaki sıvı akışı ile böbrek arasında bir bağlantı olduğu varsayımından ileri gelmiş olmalıdır. Gerek erkek, gerekse kadın tohumlarının böbrekler tarafından üretildiğine inanılıyordu. Hemen kalbin yanında yer alan böbreklerin, ruhun evi olduğuna inanan eski Musevilerin yanı sıra, Hintliler de yaktıkları ölülerinin avucuna bir kurbanlık hayvanın böbreklerini yerleştiriyorlardı. Bu bakımdan, Tibet tasvirinde böbreklerin omurilik kanalına bağlanmış olarak gösterilmesi şaşırtıcı sayılmamalıdır: Çünkü eski inanışlarda omurilik de döl tohumlarının oluştuğu bölge olarak görülmüştür; hatta bu inanış halk hekimliğinde hâlâ sürmektedir, idrar ifrazatıyla böbrekler arasında, ilk kez antikçağın ünlü hekimi Hippokrat'ın, ayrı ayrı bölümler

halinde yazdığı *"Corpus Hippocraticum"* adlı eserde bir ilişki kurduğunu görüyoruz: *"Böbreklerin yapısı, karaciğerinkiyle aynıdır. Böbreklerden çıkan kıvrımlı kanallar, mesanenin üst kısmına bağlanırlar. Bu kanallar içilen sıvıları, damarlar üzerinden böbreklere çekerler. Böbrekler suyu bir elek gibi süzerler ve yine böbreklerde kan idrardan ayrıştırılır. Bu yüzden de idrarın rengi hafif kızıla çalar"*

Bu bağlantı, Aristoteles'te (M.Ö. 384-322) daha da belirgin bir nitelik kazanır. Aristo, böbreklerin, idrar yolları ve mesaneyle bir bütünlük oluşturduklarını anlamıştı. Aristo, böbreklerden çıkan ve içlerinde kan bulunmayan iki borunun mesaneye bağlandığına inanıyordu. Böbreklerin, kan hazneleri içinde taşınan kanı, *"serum"dan,* yani sudan ayrıştıran bir tür süzgeç ya da elek işlevi gördüğünü düşünen ilk kişi oydu. Kandan ayrıştırılan suyun bir bölümü, daha sonra kötü kokulu idrara dönüşüyordu. Bu işlemin gerçekleşmesi iki ön koşula bağlıydı: Birincisi, önemli miktarlarda kanın sürekli olarak çekilebilmesi için, böbreklerin bir tür çekim gücüne sahip olması gerekiyordu. İkincisiyse ısıydı, çünkü *serumun,* yani suyun kandan ayrıştırılabilmesi için bir kaynama (Eski Yunancadaki adıyla *pepsis)* sürecinin gerektiğine inanılıyordu. Bu işlemin, tıpkı ısı veren güneşin etkisiyle olgunlaşan meyveleri andırdığı düşünülüyordu. Bedendeki ısının asıl kaynağı olan kalbin bitişiğindeki böbreklerin gerekli sıcaklığı saklayabilmesini böbrek yağlarının sağladığına inanılıyordu.

Aristoteles ve Galen gibi, antikçağın hekim ve araştırmacıları, idrar oluşumuna, böbreklerde gerçekleşen bir süzme işlemi olarak yaklaştılar ve bu spekülatif tasarımlarını bir dizi hayvan deneyiyle de kanıtlamaya çalıştılar. Böylece, *"Yöntemciler",* olarak bilinen bir başka antikçağ tıp okulunun görüşlerini çürütmüş oldular. Bu diğer okulun temsilcileri, idrarın bir buhar kütlesi olarak geldiği mesanede sıvı hale geçtiğine inanıyorlardı. Ama Galen, hayvanlar üzerinde yaptığı deneylerle idrarın, idrar yollarına böbrekten geçtiğini gösterdi. Ancak idrarın kan içinden süzülerek geçtiği savı, insanların idrara, vücuttaki tüm sıvıların bileşimi olan bir ayna gibi bakmalarına sebep oldu. Çünkü etkisini yeniçağa kadar sürdüren dört sıvı öğretisi o dönemde ortaya atılmıştı: Buna hemoralpatoloji deniyordu. Buna göre, antikçağ hekimleri, Empedokles'in (M.Ö. 490-430) dört unsuruna uygun olarak, vücutta da dört sıvı bulunduğunu kabul etmişlerdi: kan, balgam, kara ve sarı safra, Bugün bile insan doğası bu sıvılara göre

adlandırılır. *Sanguiniklerin* fazla kanı, *koleriklerin* fazla safrası olduğuna, *flegmatiklerin* fazla balgam çıkardıklarına, *melankoliklerinse* çok fazla kara safrası olduğuna inanılıyordu. Bu sonuncusunun ise insan ruhuna sağlıksız bir etki yaptığı düşünülüyordu. Bu dört sıvının uyumlu bir şekilde birleşmesi sağlık demekti. Dört sıvıdan biri veya öteki fazla ya da noksan olursa hastalığa yol açılıyordu. Söz konusu hastanın vücudundaki bu değişikliğin, hastanın idrarından tespit edilmesi gerektiğine inanılıyordu. İdrarın sadece vücuttan atılan bir sıvı olmadığını, içinde hazım işleminden sonra bir takım değerli maddelerin birikmiş olduğunu düşünmeleri çok önemliydi, idrarın rengindeki değişmeler ve içeriği, vücutta gerçekleşen belirli mekanik düzenlemelere uygun düşüyordu. Söz gelimi idrarın açık sarı rengi, bazı safra maddelerine, kırmızı oluşu içine kan karıştığına bağlanıyordu. Gerçekten de bugün *karahumma* olarak bilinen bir çeşit tropikal sıtma hastalığında ortaya çıkan kara idrar, içine kara safranın karıştığına delil sayılıyordu. Fakat böylece, idrarın oluştuğu yer olan böbreğin yanı sıra, bütün metabolizma işlemlerini yönlendiren organ olarak karaciğer de gündeme geliyordu.

Bu arada, idrarda veya hiç değilse mesanede, hastaya çok sıkıntı veren taşların oluştuğu da çok erken dönemlerde keşfedildi. Kısa zamanda taş ameliyatları ortaçağın yaygın cerrahi girişimlerden oldu. Resim sanatında ve hatta müzikte çok yanlı ifadesini buldu.

17. yüzyıldan itibaren canlı organizmalardaki fiziksel ve kimyasal değişimlerle ilgilenilmeye başlanınca, aynı yöntemle idrar da daha esaslı bir biçimde incelenmeye başladı. İlk defa tıp doktoru Profesör Freidrich Dekker (1648-1720), bazı şahısların idrarlarını ısıtınca çok garip bir tortu ortaya çıktığını tespit etti ve bunu, 1673'te yayınlanan başlıca eserlerinden birinde şöyle anlattı:

*"Belli bazı idrarların, ateş üzerine konulunca, süt gibi tortulaştığını, süt gibi koktuğunu ve süt tadını aldığını müşahede ettim. Fakat üzerine birkaç damla sirke asidi damlatınca ve idrarı soğuk havada bırakınca, topak halinde dibe çöken beyaz, yani peynirleşmiş bir şey gördüm, yağlı kısımlarsa yüzeyde kaldı."*

Dekkers böylece, ısıtma deneyi ile ve asit damlatarak proteini bulmuş oldu. Bundan 100 yıl sonra (1764'te), bu keşif, aslında siyatik ile ilgilenen

Domenico Cotugno (1736-1822) tarafından, bir kitapta tekrar gün ışığına çıkarıldı. Daha 100 yıl önce (1674) İngiliz doktoru Thomas Willis (1621-1675) şeker hastalarında idrarın bala benzer bir tat verdiğini fark etmiş ve şeker hastalığının teşhisinde, bunun bir gösterge olduğunu ileri sürmüştü.

Fakat böbrek işlevlerinin araştırılması, asıl anatomiyle hızlandı. Hümanizm çağının başlarında, değerli doktorlar ve hipokratçılar, genel *hidrops* (vücutta su toplanması) ile böbrek hastalığının bir ilişkisi olduğunu tahmin ettiler. Freiburg'lu ünlü belediye doktoru Johann Schenck von Grafenberg (1530-1598), Christoph Fugger isimli bir arabacının *oligüri* (idrar çıkışının çok azalması) çektiğini ve vücudunda yavaş yavaş şişme başladığını bildiriyordu. Doktor bu *hidropsu*, ancak otopsi sırasında böbreklerde gördüğü acayip renk değişikliği ile bağdaştırdı ve açıkladı.

O zamana kadar, vücuttaki sıvıların böbrekler tarafından çekildiğini öne süren Galen'in düşüncesi çok ağırlık taşıyordu. Böbreğin çekim gücü, *"horror vaciu"*, idrar oluşumunu açıklamakta büyük rol oynuyordu. 1628'de kan dolaşımının keşfinden sonra, Nathanael Highmore (1613-1648) ilk defa şu tezi ortaya attı (1651): İdrar ifrazatını sağlayan, çekim gücü gibi bir varsayım değil, kanın dolaşımını sağlayan ana damarlarla kılcal damarlar arasındaki basınç farklılığıdır. Highmore, böbrek hazneleri içindeki kılcal damarların, alabildiğine ince dallara ayrılmasını da böyle açıklıyordu.

Fakat böbreklerin işlevi hakkında yeni teorilerin ortaya çıkmasını, asıl 17. yüzyıldaki derin anatomik araştırmalar sağladı. Burada öncelikle Lorenze Bellini'den (1634-1704) söz etmemiz gerekir. Kendisi, 1662'de 19 yaşında bir öğrenci iken, böbreklerin yapısı ve işlevi üzerine, çığır açan bir çalışma yayınladı, ilk defa olarak böbreğin de diğer bazı organlar gibi bir beze (gudde) olması gerektiğini, böbreğin ayrıştırdıklarının atılmasında dokunun rolü olduğunu ileri sürdü. Elbette o ve diğer çağdaş meslektaşları bunun nasıl olduğunu boşuna arayıp durdular, çünkü o zamanın ilkel mikroskopları minicik böbrek kanallarını tam olarak ayırt etmeye yetmiyordu. O dönemde artık kullanılmaya başlanan enjeksiyon denemesi, damarlara renkli bir madde şırınga edilerek yeni bilgiler elde edilmesine ilk defa bu alanda imkân verdi. Önce Hollandalı araştırmacılar, sonra italyan bilginleri böbreklerin içinde sadece kanalcıklar değil, bunların ucunda küçücük torbacıklar olduğunu keşfettiler. Hollandalı anatomi uzmanı

Fredrik Ruysch (1681-1731) bunlara, tıpkı bir iplik yumağı gibi göründüklerinden, *"glomerulum"* adını verdi. Fakat bu bilgiyle birlikte yeni sorular ortaya çıktı; çünkü böbreğin bir süzgece benzediği savından kaynaklanan süzme teorisi, artık doğru olamazdı. Bugün *"nefren"* sözcüğü ile tanımlanan ve sadece mikroskop altında görülebilen çeşitli böbrek segmentlerinde çok daha girift işlemler gerçekleşiyor olmalıydı. Önce tuhaf elmayı andıran yumrucukların, böbrek kanalları ile bir ilgisi olduğu kanıtlanmalıydı. Bunu kanıtlamak, 1842'de Londra King's College Hastanesi asistanlarından 26 yaşındaki William Bowmann'a (1816-1892) kısmet oldu. İlk defa tüm idrar yolları sisteminin, böbreğin mekanik ifrazına bağlı olarak çalışan kapalı bir yapı olduğunu Bowmann buldu.

Şimdi burada, idrar ifrazının böbrekte iki ayrı aşamada gerçekleştiğinin kanıtlanmasıyla sonuçlanan birtakım bilimsel araştırmaların ayrıntılarına girmeyeceğiz. Yalnız bu araştırmalar sonunda, önce "ön idrar" denen kısmın emildiği ve ardından son idrarın terkibini oluşturan mevcut katı maddelerin ikinci bir emmeyle kazanıldığı keşfedildi. Böylece 19. yy. ilk yarısında büyük bir tartışma çıktı: İdrar ifrazı acaba canlı dokulara dayalı bir yaşam etkeninin sonucu olarak mı oluşmaktaydı, yoksa söz konusu olan, basit bir kimyasal-fizyolojik işlem miydi? Böbrek kanallarının çeşitli bölümlerindeki emme ve geri emme teorileri, 1924 yılına kadar tartışma konusu olarak kaldı. Ancak o tarihte, iki İngiliz araştırmacı, Ernest Henry Starling (1866-1927) ve Ernest Basil Verney (1894-1967) *"tabuli"* denen kanallarda gerçekten de bir geri emme gerçekleştiğini kesin olarak kanıtladılar. İdrarda, kan basıncını etkilemekte büyük rol oynayan hormonal maddelerin bulunduğunu da yeri gelmişken belirtelim. Fakat idrarın oluşumuna değindiğimiz bu bölümde ayrıntılara girmeyelim.

# İdrar Falından Tıbbi Teşhise

Geçmiş devirlerde doktorlar, sadece idrarın oluşumu ve onunla bağlantılı saydıkları organlar hakkında temel sorular sormakla kalmamışlar, hekimliğin ilk dönemlerinden beri vücuttan çıkan bütün atıkları gözlem altına almışlardır. Tükürük (bronş ifrazı/balgam), ter, bir ölçüde spermler, aybaşı kanamaları gibi, çok önemli vücut atıkları olan dışkı ve idrar da, özellikle de çıplak gözle bile fark edilen değişik şekiller gösterdikleri için,

gittikçe artan bir ilginin konusu olmuşlardır. 18. yüzyılda ortaya çıkan göğüs kafesinin parmakla tıklatılması ya da kalbin ve ciğerlerin dinlenmesi ve ancak 20. yüzyılda geliştirilen ve bedene nüfuz edebilen gözlemler gibi teşhise yarayan başka işlemlerin bilinmediği devirlerde, nabız dinlemek ve idrarı gözden geçirmek doktorlar için en önemli teşhis unsurlarıydı. Bu bakımdan, eski Hint hekimliğinin eserleri arasında yer alan *"Susruta Samhita"* isimli bir kitapta, genel patolojik değişikliklere işaret sayılan, on çeşit idrar türü gösterilmesine şaşmamak gerekir. Bu arada, *iksumeha* diye adlandırılan bir hastalıkla ilgili çok ilginç bir tespit yapılmıştır: Bu hastalığa yakalananların idrarı tıpkı şekerkamışı gibi tatlıdır ve bu sidiğe karıncalar ve böcekler üşüşmektedir. Bu hastalık, aynı zamanda idrarın sık çıkması ile de bağdaştırılmaktadır. Kitapta ayrıca *adumeha* (sulu idrar) diye adlandırılan ve tatlı olmayan bir başka idrar türü daha belirtilmektedir. Burada Hintlilerin iki tür şeker hastalığını ayırdedebildiklerini düşünmek yanlış olmaz: *Diabetes mellitus* (idrara şeker çıkması) ve *diabetes insipidus* (sulu idrar). Eski Hint doktorlarının sahip oldukları bu bilginin, Yunan âleminde görülmeyişi ilginçtir. Bol ve sık idrara çıkan hastaların idrarlarının, aynı zamanda tatlı olduğu gerçeğini, ancak Barok çağında İngiliz doktor Thomas Willis tespit etmişti. Gerçi Willis idrarda şeker bulunduğunu keşfetmiş sayılmazdı, çünkü bu bal tadının, idrar tuzlarının bir bileşiminden ileri geldiğini sanıyordu. Tıpkı bazı kurşun bileşiklerinin kurşun şekeri diye isimlendirilmesi gibi: Ama bunların bizim karbonhidrat dediğimiz oluşumla hiç ilgisi yoktur elbette.

Eski Babil çivi yazılarından, idrarın cerahatli görüntüsünün bir hastalık belirtisi olduğunu bildiklerini anlıyoruz. Eski Mısır papirüslerinde de *"aaa hastalığı"* diye nitelenen bir rahatsızlıkta, idrarın kırmızı renkte çıktığı anlatılır: Burada, *"kan işeme"* olarak bilinen ve Mısır'da sık görülen *"Bilharz hastalığı"* kastediliyor olmalıdır. Özellikle Nil nehrinin bazı bölgelerinde, Fayum vahasında bugün bile pek çok insan bu hastalığı çekmektedir. Bu hastalığa karşı Alman ilaç endüstrisi çok etkili ilaçlar üretmiştir, çünkü hastalık, 1852'de Kahire'de, tropik hastalıklar uzmanı Alman Dr. Theodor Bilharz (1825-1862) tarafından bulunmuştu. Hastalık, gözle görünebilen bir kurtçuğun, cilt altından kan damarlarına sızması, oradan böbrek yoluyla mesaneye geçerek, orada yuvalanması ve ağır kanamalara sebep olan paraziter urlar oluşturmasıyla meydana gelir.

Fakat Mısır'da idrarın başka bir tanısal önemi daha vardı: Gebe kadının idrarından, doğacak çocuğun cinsiyetinin anlaşılacağına inanıyorlardı.

Günümüzde modern genetik yöntemlerle gerçekleştirilen cinsiyet tespitinde de plasenta sıvısına başvuruluyor. Mısırlılar, bu gibi durumlarda iki ayrı tahıl bitkisini, buğday ve arpa tanelerini gebe kadının idrarı ile ıslatıyorlardı. Eğer buğday önce çimlenirse kız çocuk, arpa önce çimlenirse erkek çocuk gelecek demekti. Fakat 1933'teki denemelerde, çimlenmenin tamamen tersine gerçekleştiği görüldü. Oğlan çocuğa gebe annenin idrarı, buğday tanelerini daha çabuk çimlendirdi; kız çocuk annesininkiyse arpayı çimlendirdi. Burada, çok zor okunan hiyeroglif yazısı çevrilirken bir yanlışlık yapılmış olmalı. Ayrıca geç Bizans döneminde bekâret testi idrar ve bezelye ile yapılırdı. Buna karşılık, adını sıkça andığımız Galen, çiftler arasındaki kısırlık durumunu, idrarla mercimek çimlendirerek tespit ettiğine inanıyordu.

Eski Yunan Hipokrat tıbbında, idrarla teşhis önemli bir rol oynamıyordu, gene de Hipokrat'ın eserlerinden birinde idrardan söz edilmektedir:

*"Mesaneden çıkanlarda, etten atılanlara oranla daha çok hastalık belirtisi görülmüştür."*

Bu, idrarın terden daha fazla teşhis olanağı sağladığı anlamına gelir. Fakat, meteorolojik koşullardan dolayı, sıcak, soğuk, boğucu veya rüzgârlı hava yüzünden nasıl ter meydana geliyorsa, idrarın oluşmasına da bu gibi dış koşullar etkili olabilirdi. Dolayısıyla idrar, makrokosmos, yani evrenin, mikrokosmos, yani "insan" üzerindeki etkisine açık bir işaret sayılıyordu. Yüzyıllar boyunca devam ederek, günümüze kadar gelmiş "tıbbi astroloji" teorisidir bu. Yani gezegenlerin veya evrenden dünyamıza etki yapan diğer güçlerin, sağlık veya hastalıkları, dolayısıyla insanın dışkıladığı şeyleri de etkilediği düşünülüyordu. Bu sebeple kadınlardaki aybaşı kanamalarının *"menstruation"*, yani *aybaşı kanamaları* olarak belirtilmesi sebepsiz değildir, çünkü düzenli olarak, dört haftada bir tekrarlanışı bu tür etkilere bağlanıyordu. Ay halinden kesilen veya bunu hiç görmemiş olan kadınlarda, söz konusu astrolojik etkileri alacak bir alıcı organın eksik olduğu düşünülüyordu. Bu tür görüşlerin izlerine, söz gelimi grip için kullanılan *influenza* (etki) kavramında bugün bile rastlayabiliyoruz: Burada kastedilen etkinin dünya dışından, özellikle de felaket getiren gezegen Satürn'den

kaynaklandığına inanılmaktaydı. Örneğin ortaçağdaki veba ya da 19. yüzyılda yayılan kolera gibi salgın hastalıklardan kurtulabilmek için, Satürn'ün etkisi altındaki bölgelerden derhal kaçmak gerektiğine inanılıyordu.

Hipokratçılar gene de idrarla teşhis konusunda bazı öğütler vermişlerdir. İşte size iki örnek:

*"Eğer idrarın yüzeyinde örümcek ağı gibi yağ toplanırsa, hasta, verem demektir."*

*"Eğer idrar kötü kokuyorsa, çok yoğun veya sulu ise ve rengi kara görünüyorsa, hasta yavaş, yavaş son yolculuğuna hazırlanmalıdır. "*

Gerçekten bugün de, yoğun ve koyu renkli ve kötü kokan bir idrar bir *"ürosepsis"* belirtisi sayılır; bu çoğu zaman iyileşme olasılığı zayıf bir hastalıktır.

Astrolojik etkilerin yanı sıra, karaciğerde, böbrekte ve mesanede *"kaynama"* denilen durumun derecesi de önemli sayılıyordu. Eğer özellikle böbrekte yeterli sıcaklık oluşmazsa, bu kaynama olayının yarım kalacağı ve bunun da kanda bulunan maddelerin parçalanması tamamlanmayacağı düşünülüyordu.

Son derece etkileyici ve 11. gününde ölümle sonuçlanan bir hastalık tablosu içinde, idrarın genel belirtiler arasında ne kadar ö-nemli bir yeri olduğunu okurlarımıza anlatmak için, *"Corpus Hippocraticum"dan* bir parçayı, ifadesinin özgünlüğünden dolayı aynen sunuyorum. Metnin bir yerinde, yüzyıllar sonra *"sahte ateş"* denilen hastalığın belirtileri arasında yeniden gün ışığına çıkan bir durumdan da söz ediliyor. Siyah idrarın tehlikeli bir hastalık olan kara hummanın belirtisi olduğunu daha önce de anlatmıştım:

*"Ege Denizi kıyılarındaki Thasis Adası'nda yaşayan, yaklaşık 20 yaşlarında genç bir adam.., İçki, zamansız saatlerdeki jimnastik çalışmaları ve yorgunluk sonucu, ateşi çıkmış. Önce bel bölgesinde ağrı varmış, buna başında bir ağırlık ve boğazında bir sıkışma eklenmiş. İlk gün vücudundan bol miktarda safralı, köpüklü ve koyu renkli kitleler çıktı. İdrar siyah ve kara bir tortu bıraktı; hasta susuzluk çekiyordu, dili kupkuruydu ve gece*

*uyuyamıyordu. İkinci gün yüksek ateş, daha çok dışkılama; dışkısı daha yumuşak ve köpüklü, idrarı siyahtı; rahatsız bir gece ve sayıklama. Üçüncü gün durum daha kötüleşti: Biraz gevşek durumdaki hipokondriler, her iki tarafta uzunlamasına gerildi, biraz siyahımsı, akıcı bir dışkı, koyu, kara renkli idrar; gece uyuyamadı; gevezelik ediyor, gülüyor, şarkı söylüyor, sakin duramıyordu. Dördüncü gün aynı belirtiler. Beşinci gün safralı, tek renkli, yağlı dışkı; zayıf akan açık renk idrar; hastanın bilinci biraz yerine geldi. Altıncı gün biraz başı terledi; kollar, bacaklar solgun ve soğuk; hasta kendini oradan oraya atıyor; vücuttan hiçbir şey çıkmıyor, idrar kesildi; yüksek ateş. Yedinci gün afonie (konuşma yok): Kolları ve bacakları ısınmadı; idrar çıkmadı. Sekizinci gün bütün vücut soğuk terler döktü, sivilcemsi, yuvarlak, terli, kırmızımsı deri döküntüleri, en ufak bir etkide vücuttan ağrı veren, hazımsız zayıf dışkı çıkıyordu; ağrılı bir şekilde, yakıcı bir idrar çıkıyor. Kolları ve bacakları biraz ısındı, uyku rahat, koma durumu gibi; ses kayboldu, idrar sulu ve berrak. Dokuzuncu gün, durum aynı. Onuncu gün hiçbir şey içmedi, uyku rahat, komaya girdi, dışkı bir önceki gün gibi, oldukça kuvvetli ve koyu bir idrar çıkıyordu; idrar bekletilince beyaz, kaba bir arpa tanesine benzer bir tortu oluşuyor; kolları ve bacakları yeniden soğudu. Hasta on birinci gün öldü."*

Fakat idrarda hastalık göstergesi olarak dikkat edilen tek şey renk değildi. Ayrıca katı maddeler de *("Metastase")* vardı: Kavanozun dibinde bir tortu olarak gözle de görülebilen bu tür çökeltiler, vücudun çeşitli bölümlerinde rahatsızlıklara da yol açabiliyorlardı. Bu konuda, böbrekte (ki bunlar için antikçağda *nefrit* deyimi kullanılıyordu) veya mesanede birikerek müthiş ağrı yapan tortularla (böbrek ya da mesane taşları), ağrıya yol açmayan kum veya kırıntı gibi tortulan birbirinden ayırıyorlardı. Diğer bir sorun da idrarda meni görülmesiydi. Bu sorun da, bir yanılgı sonucu böbreklerin patolojik etkisine bağlanıyordu. Günümüzde bu hastalığın tıptaki adı olan *gonorrhoe* terimin de, Yunanca'da tohum anlamına gelen *göne* sözcüğünden türetilmiştir. Oysa vücuttan atılan meni (ya da "tohum") değil, bir enfeksiyon sonucunda oluşan mukozadır (sümüksü sıvıdır) ve halk arasında *belsoğukluğu* olarak bilinen bu hastalığın mikrobu 1872'de keşfedilen *genokok'tur.*

Şu ana kadar özetlediğimiz yaklaşımların, idrarı düzenli ve kesin bir teşhis unsuru olarak kullandıklarını söyleyemeyiz, idrar ancak ortaçağda miktarı,

şekli, kokusu, tadı, görünüşü ve tortusuyla kesin bir biçimde incelenerek doktorlar için önemli bir teşhis unsuru olabildi. Bu yüzden, o çağa ait resimlerde, doktorlan genellikle yanlarında idrar kavanozu ve hastaları da ellerinde söğüt dalından örülmüş sepetler içinde idrar şişelerini taşırken çizmek adet olmuştu. *Matula* denen idrar kavanozu, tıpkı daha sonraki dönemlerde ortaya çıkan dinleme aleti, kulak-burun-boğaz ve göz doktorlarının alın aynası ya da cerrahların elindeki bisturi gibi bir çeşit tıbbi simgeydi. Önemli bir doktor olan Goethe'nin arkadaşı Christoph Wilhelm Hufeland (1761-1836), ancak ölümünden sonra yayınlanan *"Enchiridion Medicum ya da Tıbbi Pratiğe Giriş"* isimli kitabında, idrarın özelliklerine geniş bir bölüm ayırmıştı.

Bu arada artık tababette doğa bilimleri devri başlamıştı ve gelecek kuşaklara, idrarın görüntüsüne bakarak hüküm vermek yetmiyordu; idrarın içeriği hakkında çok daha ayrıntılı bilgi verecek olan kimyasal ve fiziksel araştırmalar da böylece ortaya çıktı. Galen tarafından bir sistematize edilmiş olan *"Dört Sıvı öğretisi"*nin genel kabul görmesi ve idrarın insan vücudu içinde gelişen fizyolojik ve patolojik süreçlerin bir aynası olduğu varsayımı araştırmaların kesin bir önkoşuluydu.

İdrar tahlil için, ya doğrudan doktorun muayenehanesinde hazır bulunan kavanozlara yapılır ya da genelde saplı sepetlerde hizmetçi veya uşaklar tarafından elde taşınarak doktora getirilirdi. Bu durumda doktor bir tür uzaktan teşhis yapmak zorundaydı. Genel olarak idrar çok bekletilmeden kısa sürede tahlile ulaşırdı. Renk *(color),* sıvılık derecesi *(consistentia, substantia)* ve çözülmemiş maddelerin *(contenta)* tespiti yanında, değişimlerin nasıl geliştiği de gözlenirdi ve bu büyük önem taşırdı; yani bulanıklık dipte mi tortulaşacak, yoksa idrarın içinde ortada veya yüzeyde mi toplanacak diye gözlenirdi.

İdrar yorumunun üç ölçüsü vardı yani: Renk, yoğunluk derecesi ve çözülmemiş maddeler. Renk tespiti için, doktorun karşılaştırmalar yapmasını sağlayan, kurala bağlanmış, çeşitli ayrımları belirleyen bir renk çizelgesi vardı. Bu *idrar tablosu,* 7.yy'daki Bizans tababetinden, Theophiles döneminden kalmadır; zamanla, kısmen özenle renklendirilmiş bu basit tablodan birtakım gruplara ayrılmış daha girift, teşhise yönelik tablolar oluşturuldu, bunlar doktorlara farkları daha kolay saptama olanağı sağladı.

Yoğunluk derecesinin tespitinde de, söz gelimi Isaak Judaeus'un 9. yüzyılda yaptığı türden, "su gibi, orta yoğunlukta, çok yoğun" gibi tarifler, farklı bir teşhise pek imkân vermiyordu. Sık sık sözü edilen, idrarın yüzeyindeki yağa benzer karışımların *(consisîentia oleosa)*, bizim bugün kullandığımız yağlı idrar kavramına ne kadar uygun olduğunu bilemiyoruz. İdrarın içinde çözülmemiş parçalar ise son derece basit bir benzetme yöntemiyle, vücudun belirli bölgelerine bağlanıyordu. Yüzeydeki değişiklikler, o dönemdeki adıyla "bulutçuklar" *(nubecula)*, baş bölgesiyle ilgili hastalıklara, "yüzenler" *(suspensum)* olarak nitelenen orta kısımdaki parçalar, göğüs bölgesindeki rahatsızlıklara, tortular ise vücudun alt bölgesindeki ve genital organlardaki hastalıklara işaret sayılıyordu. Fakat idrarın içindeki hava kabarcıkları da dikkate almıyordu, yüzeyde oluşan baloncukların büyük mü küçük mü olduğu, çalkalandığı zaman köpürüp köpürmediği de önemliydi.

Kuşkusuz idrarın kokusu da önem taşıyordu *(öder veya vapor uriane)*. İdrarın sağlam insanlarda pek de nahoş olmayan, kendine özgü kokusu ile, idrarın ayrışması sonucu ortaya çıkan kötü amonyak kokusunu birbirinden kesin olarak ayırabiliyorlardı. Ayrıca lahana, kuşkonmaz, rezene veya terebentin gibi ilaçlara ve alman gıdalara bağlı olarak ek kokular oluştuğu da bilinen bir şeydi. Tadarak deneme ise, herhalde estetik nedenlerle pek kullanılmadı, yoksa şekerli idrarının tatlı olduğu ancak 17. yüzyılda tespit edilmiş olmazdı. Gerçi Paracelsus (1493-1541) idrardan söz ederken, bir *"dulcedo"* (tatlı) ve *"acuitas"* (keskin) ayrımı yapıyordu, fakat bununla kastettiği hiç kuşkusuz idrar şekeri değildi; nötr idrar etkisini, amonyağı yoğun idrardan ayırmaya çalışıyordu.

İdrar yorumlan için, sabah ilk idrarın alınması, insanların, uykudayken vücutta oluşan değişmelerin, idrarda kendini daha iyi belli edeceğine inanmalarındandı; çünkü uyanıkken beş duyunun bu etkileri büyük ölçüde ortadan kaldırdığına inanılıyordu. Fakat gece oluşan idrarın, gündüzkünden daha kapsamlı olduğu ve bir çok vakada daha isabetli teşhise yaradığı, bilimsel bir öğreti olarak günümüze kadar gelmiştir. Bu "temsil teorisi" bir sürü çizimlerle belgelenmiştir. Vücudun belli bölgelerinin *matula'da* idrarın belli tabakalarına karşı geldiğine dikkat edilmiştir. Yenen gıdaların hazmedilmesi, kana dönüşmesi sonunda organizma içinde üç defa *"kaynama"dan* geçerek idrara dönüşmesi, idrarın ateş yükselince

yoğunlaşması, zayıf düşüren hastalıklardan sonra hafif ateşe tutulmuş gibi görünmesi çizimlerle saptanmıştır.

Akıl hastalıklarının bile idrara bakılarak anlaşılabileceğine inanılıyordu; çünkü hastalığa sebep olan safranın söz konusu hastanın başına çıktığı düşünülüyor ve bu yüzden idrarın yüzeyinde beyaza yakın bir kısım göründüğü kabul ediliyordu. Haçlı seferleri sırasında, o dönemde batıdan üstün olduğu bilinen İslam tababeti tarafından da tanındığı görülünce, bütün batı ülkelerinde yayılmış olan "idrar yorumu"nun önemi daha da arttı. Bununla birlikte, Arapların yazılarında büyük ölçüde Yunan tababetinden etkilendikleri de bir gerçektir. Doktorun elindeki idrar kavanozu, giderek bir yaşam simgesi oldu ve sadece tababetle ilgili kitap çizimlerinde değil, resmi binaların dış duvarlarında da doktorluk mesleğinin simgesi olarak yer aldı; tıpkı Pistoia'daki Ospedale del Ceppo kilisesinin duvarına, çini sanatının büyük ustaları Della Robia kardeşler tarafından yapılan ve hıristiyan merhametini simgeleyen kabartmalar gibi. Floransa'daki Campaniel des Domes'in alt katındaki duvara da bir konsültasyon sahnesi kabartma olarak işlenmiştir ve bu tasvir ünlü heykeltraş Giotto di Bondone ile Andrea Pisano'nun eseridir. Lech nehri kıyısındaki Landsberg manastırının batı kapısında da, çok hizmeti geçmiş bir doktoru elinde idrar kavanozu ile gösteren, 1510 yılına ait bir şükran plaketi vardır. Doktor ve Eczacı İkizler diye bilinen, iki kutsal hekim Cosmas ve Damian da çoğu zaman birinin elinde idrar kavanozu, diğerindeyse pomat hokkasıyla resmedilmişlerdir.

Tabii idrar konusundaki bunca spekülasyonun şarlatanlığa yol açmış olmasına şaşmamak gerekir. Hastalar, doktoru denemek için, kendi idrarları yerine, aileden birinin veya hizmetçinin idrarını gönderme hilelerine başvururlarken, doktorlar da, idrar teşhisindeki tıbbi bilgilere hiç uymayan garip sonuçlar çıkarıyorlardı. Şu aldatma hikayesi çok ünlüdür: Çok saygıdeğer, yüce bir kişi, hizmetçisi ile doktoruna sözde kendi idrarını yollar. Aslında idrar gebe olan hizmetçiye aittir. Doktor tahlil sonunda şöyle bağırır: Bir mucize, sayın beyefendi hazretleri, vakti gelince bir oğlan doğuracaklar. Fakat bunlar idrar yorumunun önemini hiç azaltmadı. Söylediğimiz gibi, Hollandalı sanatçı Hendrick Goltzius (1558-1617) da, yaptığı bir dizi gravürün birincisinde, kutsal, hatta tanrılaşmış doktorun eline, idrar kavanozunu tutuşturmakta bir sakınca görmüyordu: Sanatçı bu tasvirlerde, doktorun hastasına dört ayrı şekilde görünmesini resmetmişti.

Bütün kurtuluş umudunu doktorun bilgisine bağlamış olan ağır hasta için doktor adeta tanrıydı; hasta biraz iyileşmeye yüz tutmuşsa doktor melekti; hasta iyileşmiş ve yatağından kalkmışsa doktor insanlaşıyordu ve nihayet doktor hastayı tamamen sağlığına kavuşturup, vizite ücretini istediğinde şeytana dönüşüyordu. Doktora, kendisinin veya koruması altındakilerin sonunun yaklaştığını göstermek için idrar kavanozunu kapıp, kırarak, idrarı döken ölüm tasvirleri de ünlüydü. Hastalığın felaketle sonuçlanması üzerine, idrar kavanozunu atıp kıran doktor tasvirleri de vardı. 19.yy.'da idrar yorumuyla ilgili çok sayıda kitap yayınlandı. Şifalı bitkilerle ilgili Almanca halk kitaplarının kapak resimlerinde genellikle idrara bakan bir doktor resmi bulunurdu. 1808'de Landshut'ta Joseph Loew isimli bir doktorun yazdığı, *"Teşhis ve Keşif Unsuru Olarak İdrara Dair"* başlıklı bir kitap yayınlandı. Kitapta, idrar yorumunda bilinen bütün idrar özellikleri bir araya toplamıştı.

## Tedavide İdrar

Gerek doktorlar, gerekse hastaların idrarla böylesine kapsamlı bir biçimde ilgilendiği bir ortamda, insan veya hayvan vücudundan çıkan bu ürünün ilaç yerine kullanılıp kullanılamayacağı sorusu da akla çok eski dönemlerde gelmişti. Gerçek şu ki, günümüze kadar, halk tababetinde idrara özel bir önem verilmiştir. Bizzat ben, üç buçuk yıl süren savaş esirliğim sırasında, güney Fransa'da bir savaş esirleri hastanesinde buna tanık oldum. Bazı ilaçların ve merhemlerin bulunmadığı bir ortamda, insanlar yaralarını birçok vakada kendi idrarları ile ıslatarak iyi etmişlerdi. 19. ve 20. yüzyıllardaki savaşlarda da, cephede yara tedavisine yarayacak başka şey bulunamayınca aynı yöntem başarı ile uygulanmıştır; zira idrar tedavisi, açık yaraların kötüleşmesine değil, aksine çabucak iyileşmesine sebep olmuş ve hiçbir enfeksiyona ya da cerahate yol açmamıştır. Bu, normal idrara bakteriyolojik açıdan tamamen zararsız olarak bakabiliriz anlamına gelir. Fakat genel enfeksiyon hastalarının ve mesane veya böbrek iltihabı gibi lokal hastalığı olanların idrarı için aynı şeyi iddia edemeyiz. Şu bir gerçek ki, insanın kendi idrarı asla alerjik bir reaksiyon yapmaz ve idrarda bol miktarda bulunan üre az da olsa bakterileri öldüren bir etkiye sahiptir.

Şifa niyetine içilen idrar da, içinde üre bulunduğundan, bol miktarda idrar çıkmasını sağlar; çünkü üre *"diuretika* " denilen idrar söktürücü ilaçların başında gelir ve hemen tüm hastalarda olumlu sonuçlar verir, yeter ki ürkekliği yenip, bu pek iştah açıcı olmayan ilacı içebilsinler. Ama tam da bu ürkeklik, idrarın yüzyıllar boyunca, doktor Christian Franz Paulini'nin (1643-1712), aynı adlı kitabından esinlenilerek, "Pislik-Eczanesi" kavramı ile birlikte anılmasına yol açtı: Yani gerek doktorlar, gerekse halk arasında, şifalı etkisiyle idrar çok tutuldu. Çünkü insan veya hayvan organizmasının ürettiği maddelerin, başka kimyasal hatta bitkisel maddelerde bulunmayan bazı özellikler taşıdığı kabul ediliyordu ve günümüzde de herkesin bildiği bir şey vardır: Modern *plasebo terapisinde* kullanıldığı biçimiyle kötü kokan, tadı kötü olan veya biçimsiz görünen ilaçlar, lezzetli ilaçlardan daha etkilidirler. Bu sebeple "Pislik Eczanesi"den aktarılan bu tedavi yöntemleri, insandan, hayvandan veya bazı organlardan elde edilen bu tür ilaçların gizemli fakat etkili birer doğal şifa kaynağı olduğu inancını yaşatmıştır.

Gizemli büyülü ve spekülatif olduğu sanılan etkinin, modern araştırmalarla da kanıtlandığını üre örneğiyle göstermeye çalışmıştım. Bu düşünceler, kısmen homeopatinin modern bir dalı olan nosodlar için de geçerlidir. Bu nosodlar homeopatik birtakım işlemlerden geçerek, organik maddelerden, burun mükozası, gözyaşı, vs. den elde edilen maddelerdir. Hangi hastalıktan alınmışlarsa o tür hastalıklara karşı, özenle ve uygun dozda kullanılırlar. Bunun, homeopati dilindeki anlamı şudur: "Benzer şeyler, benzerleri ile iyileştirilir." Nosodik kavramı ise, Yunanca'da hastalık anlamında kullanılan *nosos'tan* gelir.

"Pislik Eczanesi" (kocakarı ilaçları / çn.) -bu sözcük günümüzdeki gibi aşağılayıcı bir anlamda kullanılmıyordu- eskiden çok yaygındı, çünkü, sadece fakirlerin kullandığı, fevkalade bir tedavi sağlamakla kalmıyor, aynı zamanda neredeyse günümüzdeki anlamıyla, tedaviyi destekleyen etkili ve ek bir "alternatif sağlık bilimi olarak kabul ediliyordu. "Pislik Eczanesi" adlı kitabın yazan Paullini, tıp ve teoloji tahsil etmiş, tüm Avrupa'yı dolaşmıştı, Hamburg'ta doktor olarak yerleşmişti. Münster Piskoposu'nun özel doktoru ve İmparatorluk kontu olmak için, Pisa Üniversitesi'nden gelen profesörlük önerisini bile geri çevirmişti. Zamanında kendine has kişiliğinin yanı sıra, döneminin büyük bir ansiklopedistiydi. "Şifa Veren Pislik Eczanesi" isimli kitabı, ilk defa 1696'da Frankfurt'ta basıldı. Üç yıl sonra bir

baskı daha yapıldı. 1847'de yeniden basıldı. Bu kitapta, sadece Paullini'nin kendi deneylerinden söz edilmez, aynca halk hekimliğinden alınmış bir sürü tarifler de vardır. Paullini sadece bu eserle değil, 1698'de Frankfurt'ta yayınlanan *"Flagellum Salutis veya Her Türlü Ağır, İnatçı ve Ağır Hastalık, Darbelerle Nasıl Defedilir"* başlıklı yazısı ile de dikkatleri üzerine çekmişti. Paullini, bu "dayak tedavisi"ni, meslektaşı Johann Heinrich Meibom'dan (1590-1655) öğrenmişti. Önceleri Helmstadt'ta tıp profesörü olan Meibom, daha sonra fizikçi olarak yerleştiği Lübeck'te benzer bir yazı olan *"Cinsel Organ ve Böbrek Hastalıklarında Dayak Kullanılması Üzerine Mektuplar"* (1639) başlıklı makaleyi yayınlamıştı.

Fakat bu tür tedavilerin günümüzde hâlâ veya yeniden tartışıldığını, *"Şifalı Yöntemler ve Mucize Etkileri"* başlığıyla yayınlanan ilginç bir derleme gösteriyor. Paul Friedl'in 50 yılda derleyerek yazdığı ve 1976 yılında Resenheim'da yayınlanan bu kitabın yanı sıra, K. Herz'in 1980'de 5. baskısını yapan kitabı da bu bağlamda anılmaya değer: *"Kendi İdrarınla Tedavi"* (Hauck-Verlag, Ulm, Heidelberg). İlim dilinde de"oto-üroterapi" diye bilinen bu yöntem, Marburg'lu adli tıp doktoru Bayan Irmgard Oepen'in "Tıpta Aykırı Yöntemler" isimli, 1986 tarihli eserinde belirttiğine göre, 1930'da Herz tarafından uygulanmış ve eski "Pislik Eczanesinden alınmıştır ve hafif bir uyarı ile organizmanın sarsılması amaçlanmaktadır. Herz, gece biriken idrarı bir sonda ile çekip, steril bir tüpe alıyordu. Sonra ona bir damla karbolikasit ekleyerek, filtre ediyor ve 0,5 mg'lık dozlarda adale arasına enjekte ediyordu. Bu yöntemi defalarca tekrarlıyordu. Başka uzmanlar, iğne yerine makattan veriyorlardı. Alerjik cilt hastalıklarında ve enfeksiyonlarda kullanılıyordu.

Friedl'in derlediği bilgiler bu kadar iddialı değildir. Burada, halk ilaçları, bir değerlendirme yapılmadan peş peşe sıralanmıştır. Günümüze kadar uygulanan öğütlerde bulunulduğu için, idrarla ilgili olanlarını sizin için seçtik ve aşağıda verdik:

*"Sabahleyin aç karnına alacağınız bir parça tükürük veya kendi idrarınızı göze sürerseniz, her türlü göz ağrısı geçer.*

*Kuru ve kaşıntılı eller ve başka akıntılı tahrişlerde, bir oğlan çocuğun, veya sağlam bir insanın idrarıyla rahatsız bölgeleri yıka. Guatra karşı; yeni bir kapaklı kazan ve bir banyo süngeri alınır. Sünger için ne gerekiyorsa öde,*

*ama ödediğin rakam ikiye bölünebilir bir sayı olmamalı. Kazana üç defa yapabildiğin kadar çiş yap, içine süngeri, bir doğan kuşunun başıyla birlikte koy, kapağı kapat ve balçıkla sımsıkı sar, balçık kuruyunca, önce idrarı dikkatle kaynat, sonra ateşi hızlandır, hepsi yanıp kül oluncaya kadar bekle. Tozu bir şişeye boşalt, üzerine iyi cins beyaz şarap ekle, iyice çalkala, her ayın on beşinden başlayarak yeni ay doğuncaya kadar, sabahları aç karnına bir bardak iç.*

*Yarayı her sabah kendi idrarınla yıka, üzerine keten bir bez ört, hava ile temas ettirme.*

*Arı soktuktan sonra, onu yakalayamazsan, o yeri idrarınla veya tükürüğünle ıslat. Yaban arısı sokmasını, toprağın üzerine işenerek elde edilen çamurla yara yerini silerek iyileştir. Bacaklardaki şişmeleri, idrarla ıslatılmış keten bezler sararak rahatlat.*

*Cinsel organlardaki şişlikler, kendi idrarınla yıkarsan geçer. Bir erkek zifaf gecesinden korkuyorsa, yatağa girmeden önce nikah yüzüğünün ortasından çişini yapmalı.*

*Bir dikiş iğnesi, ilgili kişinin idrarı bulunan bakır bir tasa atılıp bir gece bırakılır. Eğer sabahleyin iğnenin üzerinde kırmızı lekeler varsa, kadın hamile demektir; eğer iğne kararmış veya paslanmışsa kadın hamile değil demektir.*

*Bir erkeğin veya bir kadının idrarı içine atılan bir mercimek çimlenirse, o insanlar kısır değil demektir. "*

Bu öğütlere bakarak, bazı şeylerin yüzyıllar öncesinden ve artık "çökmüş anlayışlar"dan geldiğini anlamak zor değil. Yani vaktiyle tıp okullarında resmen tanınan ve üniversitelerin tıp derslerinde öğretilenler, unutuluyor ya da unutturuluyor; fakat, yıllar sonra birden başka isimler altında ortaya çıkıveriyorlar, örneğin halk hekimliğinde olduğu gibi. Fakat Paullini'nin "Pislik Eczanesi" adını verdiği şeylerin hepsi, doğa kavimleri denilen topluluklarda da tedavi öğütleri olarak görülmektedir; bunu saptamak için, 19. yy.'in etnolojik eserlerine bir göz atmak yeterlidir. İran'da, insan idrarı yanında, ayı idrarı şifalı ilaç olarak eczanelerde satılıyordu. Avustralya'da da özellikle kadın idrarı, birçok hastalıklara karşı başlıca ilaç olarak çok

değerliydi. Herhalde başka ilaçlarla hiç çare bulunamadığı için, özellikle kuduza karşı idrar tedavisi pek tutuluyordu. Bu vakalarda yara genişletiliyor ve iyice kızdırılmış bir anahtarla dağlanıyor veya çok ağır durumlarda söz konusu organ kesilip çıkarılıyordu; fakat önce idrarla yıkama işi hemen bütün toplumlarda biliniyordu. Mesane taşı ağrılarında idrar içilmesi öğüdü insana homeopatik sistemi hatırlatıyor: Antik dönemde zaten boğa idrarı en etkili ilaç kabul edilmişti.

Bu bağlamda Paracelsus'un (1493-1541) *"İşaret Öğretisi"* diye isimlendirdiği şeyi düşünmek gerek. Bunda şu görüş savunuluyordu: Tarın bazı şifalı nesneleri, bunu bilenlerin çeşitli hastalıklara karşı kullanabilmesi için işaretlemiştir. Bu, özellikle şifalı otlarla tedavi alanında çok önemli bir rol oynar: Örneğin sarılık hastalığı için sarı renkli çiçekler, kalp hastalıkları için yürek biçimindeki çiçekler önerilmiştir; idrarla ilgili sıkıntılarda da insanın kendisinin veya başkasının, ya da bir hayvanın idrarını içmesi öğütlenir. Burada aynca bir benzeşme büyüsünden de söz etmek gerekiyor: Örneğin kulak ağrılarına karşı, özelliği uzun kulaklan olan, tavşan idrarı içilmesini önermek gibi uygulamalara halklar arasında çok rastlanır. Fakat bazı toplumlarda doğum sancısı çeken kadınlara, şifalı maddeler içerdiği inancıyla, kocasının idrarının içirilmesini anlamak pek kolay değildir.

Bir ara Kore'de, idrarın su yerine kullanıldığını, çamaşırların bununla yıkandığını, mutfak kaplarının temizlendiğini, tuvalete gidilerek idrarların bir kaba toplandığını, hatta el, yüz, ağız ve dişlerin bununla temizlendiğini ise kaydetmeden geçmeyelim. Pek çok sıvı ilacın da, alkol yerine idrarla dayanıklı hale getirildiğini söyleyelim. Eskimolar günümüzde hâlâ kutup ayısı ve fok derilerini idrarla tabaklarlar; ne yazık ki ben de, "Gorch Fock" yelkenli gemisinin doktoru olarak, Kuzey Denizi'nde yolculuk ederken buna tanık oldum. Orta Avrupa taşra kasabalarında da, ısıtılmış sıcak odalarda idrar kokusu fark edilir. Benzeşme büyüsü sayabileceğimiz tipik bir tarifi, doğu Prusya'da buluruz: Sarılık hastalığı başlayınca, kocaman bir havuç alınır içi oyulur; içine hasta çişini yapar; havuç öylece bacanın içine asılır; idrar orada buharlaştıkça, sarılık hastalığının iyileşeceğine inanılır.

Pek çok toplumda güzellik suyu olarak, günümüzde pek tutulan armut suyundan çok idrar kullanılırdı. Sadece yüzü temizlemekle kalmaz, saç çıkardığına da inanılırdı ki, bu kanıtlanmış değildir.

Son olarak, antikçağın ünlü bir hekimine, ilk farmakolog olarak bilinen Dioskorides'e (yaklaşık M.Ö. 54) dönelim, çünkü bu hekim, idrarla tedavinin büyük hayranıydı. İnsanın kendi idrarı yılan sokmasına, ölümcül zehirlere, çeşitli zehirli deniz hayvanlarına ve vücutta su toplanmasına karşı kullanılıyordu. Kuduz köpeğin ısırması halinde, kesinlikle köpeğin idrarı kullanılmalıydı; kaşıntılı durumlarda idrarın iyi geldiğine inanılıyordu, kulağa damlatılarak kulak iltihapları kurutuluyordu. Oğlan çocuk idrarı nefes darlığına, tortusu cilt hastalıklarına, fitil halinde rahim içine sokulunca rahim sancılarına karşı faydalı oluyordu. Göz kapaklarındaki iltihaplara karşı gözlere idrar sürülüyordu. Boğa ve domuz idrarının özellikle mesane taşlarını parçalamakta ayrı bir gücü olduğu varsayılıyordu. Keçi idrarı karında su toplanmasına karşı kullanılıyordu.

Roma'lı ünlü bilgin Plinius da (23-79) idrarın özellikle dıştan tedavilerde yarattığı mucizelerden bahsettiğine göre, bu tedavinin zamanımıza kadar sürmüş olmasına ve çeşitli hastalıklarda hâlâ temizleyici malzeme olarak kullanılmasına şaşmamak gerekir. Son olarak iki tarif verelim: 6 yaşındaki bir oğlan çocuğunun sıcak idrarı, *theriac* denen ve içinde *perubalsam* ve *opium tentür* gibi yaklaşık 100 çeşit madde bulunan ilaçla karıştırılırsa, astım ve kolit gibi hastalıklara çok iyi geliyormuş. "İçerdeki alkol yanmasın diye" çok sarhoş olmuş birinin ağzına işemek gerekirmiş. Bu tedavinin, farklı nedenlerle bir çeşit korunma önlemi olması pekâlâ mümkündür.

Sibirya halkları arasında da, zehirli bir mantar türü ile idrarın birlikte kullanıldığı ve keyif verdiği söylenir. Kazaklar, bu mantarın verdiği sarhoşluktan hoşlanırlardı. Halüsinojen maddelerin idrara geçtiğini fark ettikleri için de, zehirlenerek kendinden geçmiş birinin idrarını bulup içmeye çalışırlardı. Bunun etkisi mantar yemekle aynıydı ve böylece, mantar sarhoşluğu idrardan idrara aktarılarak sürüp gidiyordu. Öte yandan zehirlenmiş olan kişi de, ayılır ayılmaz tekrar kendi idrarını içerek, arzuladığı zehirlenme belirtilerini yeniden yayabiliyordu. Ancak bu yöntem, zehirlenme halinin süreklilik kazanması sonucu ölüme yol açtığı için çok tehlikeliydi.

İdrarın, zorunlu hallerde yaraları, cilt tahrişlerini yıkama işlevinin yanı sıra, susuzluktan ölmemek üzere de kullanıldığını, gemi yolculuklarından alınan bazı örneklerde görebiliriz. Fakat, ne tuzlu suyun, ne de idrarın susuzluğu

giderdiği, hiçbir zaman görülmüş değildir, aksine deniz suyu içindeki tuz ve idrarın içindeki madensel tuzlar, susuzluk çekenin durumunu daha da kötüleştirir. Ünlü İngiliz Kaptan James Cook'un (1728-1779) 1776-1778 yılları arasında yaptığı üçüncü dünya turuna katılmış olan Heinrich Zimmermann adlı Wiesloch'lu tayfa, çarpıcı bir olay anlatır. Zimmermann, dönüşünden bir yıl sonra yayınladığı *"Kaptan Cook ile Dünya Turu"*, başlıklı kitabında, başlarından geçen olayları anlatmıştı (Mannheim 1781). Kitapta, Güney Denizi'ndeki adalardan birinde yollarını kaybeden ve ancak birkaç gün sonra bulunabilen bir Alman'la, bir İngiliz'den söz edilir, İngiliz kaplumbağa öldürüp onun karnını içmiştir. Alman ise kendi idrarını. Fakat bulundukları zaman Alman denizci yarı ölü haldedir.

Bugün de idrar tüm vücudun yansıdığı bir ayna gibidir. Ama, eski devirlerdeki doktorların ve doğa kavimlerinin anladığı biçimde değil tabii, idrar içinde varlığı kanıtlanabilen gıdaların ve şifalı maddelerin ayrıntılı analizi, idrarın bir teşhis unsuru olarak yeniden değer kazanmasını sağladı. Geçmişte bir tedavi unsuru olarak kullanılmasının haklı nedenlere dayanıp dayanmadığı ve bugün de belli koşullarda tedavide kullanılması konusunu bir başka yazıya bırakalım. Fakat belli bazı cilt hastalıklarının tedavisinde, idrar içeren ilaçların giderek daha ağırlıklı kullanılması, yeni bir gelişmelere hazırlıklı olmamız gerektiğini gösteriyor.

# Basılmış Yazılar

*Komiktir, bir gazeteci olarak, kâğıdın ne kadar sabırlı olduğunu, üzerine yazılanların doğru olup olmadığına aldırmadığını bilirim. Ama bu kez, elime ne zaman bir yazı ulaşsa, saf, saf sevindim, çünkü bu konu hakkında başta taşıdığım büyük kuşkuları yenmemde, basılmış yazıların taşıdığı inandırıcılığın, bana gönderilen mektuplardan daha büyük yardımı oldu. Aslında saçma ama, ben gene de, ele geçirdiğim yazılardan bazılarını sizden esirgemeyeceğim. John Gregory Bourke'ün, "**Halkların Gelenek, Görenek, İnanç ve Alışkanlıklarında Bedensel Atıkların Yeri**" adlı, 1913 Leipzig basımlı kitabında, Sigmund Freud'un, insanların kendi dışkılarından öğrenmesini konu edindiği bir önsözünü bulduk.*

## Sigmund Freud

1885'te Charcots'nun öğrencisi olarak Paris'te bulunurken, ustanın derslerinin yanı sıra, beni en çok çeken şey, Brouardel'in, morgdaki cesetler üzerinde yaptığı konuşmalar ve uygulamalardı. Bize, morglarda bir doktor için bilmeye değer ne çok şey olduğunu, ancak bilimin bunları dikkate almaktan kaçındığını anlatırdı.

Bir keresinde adsız bir cesedin, toplumsal konumu, karakteri ve kökeni hakkındaki belirtileri açıklarken, şöyle dediğini duydum: "Les genoux sales sont le segne d'une fille honnete" (Kirli dizler, bir kızın iffetli olduğunu gösterir.) Kızın iffetine kirli dizlerini kanıt gösteriyordu. Bedensel temizliğin, iffetten çok günahla birlikte anılması, ileriki yıllarda, günümüz kültüründe insanların bedensel sorunlarını psikanaliz yardımıyla anlamaya çalışırken beni çok meşgul eden bir konu olmuştur. Görünen oydu ki, bu insanlar, insanın hayvansal doğasını hatırlatan her şeyden fena halde utanıyorlardı. Tıpkı Faust'un son sahnesinde yakınan "Kusursuz Melekler" gibi olmaya çalışıyorlardı:

*Bu kalan dünyevi parçayı*<br>*Taşımak, utandırıyor bizi,*

*Asbest'ten yapılmış bile olsa,*
*Temiz değil ki.*

Ancak insanlar böylesi bir kusursuzluktan çok uzak oldukları için, bu rahatsız edici dünyevi kalıntıyı elden geldiğince inkâr ederek, herkesin bildiği gerçeği birbirlerinden gizleyerek, varlıklarının içsel bir parçası olarak hak ettiği dikkat ve özeni, ondan esirgeyerek kaçış yolunu seçtiler. Oysa bunu kabullenseler ve onu olabildiğince soylulaştırmaya çalışsalar, kendi yararlarına olurdu tabii.

Temelde *cinsel* ve *dışkısal* işlevler olarak tanımlanabilecek bu "utanç verici dünyevi kalıntı"ya bu biçimde yaklaşılmış olmasının, kültürümüz açısından ne gibi sonuçlar doğurduğunu görmezlikten gelmek de, açıklamak da hiç kolay değildir. Yalnızca önümüzdeki şu olguya, bilimin, insan yaşamının bu aşağılanmış yanları ile uğraşmadaki başarısızlığına, işaret etmek yeter. Öyle ki, bu konuları araştıranlar, en az bir ahlaksızlık yapanlar kadar "ahlaksız" görülürler.

Yine de psikanalistler ve budunbilimciler bu yasakları da çiğnemekten geri kalmadılar ve insanın kavramak için kaçınılmaz olan her şeyi bize öğrettiler. Burada, kendimizi dışkılama konusundaki bilgilerle sınırlayacak olursak, psikanalitik araştırmaların vardığı ana sonucu şöyle özetleyebiliriz: Dışkı ile ilişkisinde çocuk, *homo sapiens'in* toprak ananın bağrından kopuş sürecinde geçirdiği bütün değişimleri yineler. Çocukluğun ilk dönemlerinde, dışkısal işlevlerden dolayı utanmanın veya dışkıdan iğrenmenin izi bile yoktur. Küçük çocuk, bedenin tüm atıklarına karşı büyük bir ilgi duyar; bunlarla severek ilgilenir ve bu ilgiden değişik hazlar almayı bilir. Bedeninin parçası, organizmasının becerisi olarak, dışkıya da, kendi kişiliğine ait her şeye gösterdiği -narsist diye nitelediğimiz- aşırı bir ilgiyle yaklaşır. Çocuk, bedensel atıklarından gurur duyar; onu büyüklere karşı, kendini ispatlamakta kullanır. Eğitim sonucu, çocuğun *kofrofil* (kofrofag=dışkı yiyen) içgüdüsü ve eğilimleri giderek bastırılır; çocuk onları gizlemeyi, onlardan utanmayı ve bu nesnelerden iğrenmeyi öğrenir. Ancak bu iğrenme, kendi bedensel atıklarını da kapsayacak kadar ileri boyutlara varmaz; başkalarının ifrazatından iğrenmekle yetinir. O döneme dek dışkıya yönelmiş olan ilgi başka nesnelere, örneğin kakadan, çocuk için giderek anlam kazanmaya başlayan paraya aktarılır. Kaka yeme

eğilimlerinin bastırılmasından, karakteri oluşturan önemli hususlar gelişir ya da güçlenir.

Psikanaliz, çocuğun bedensel atıklara gösterdiği ilginin, başlangıçta cinsellikten ayrı olmadığını da ekler. İkisi arasındaki ayrım daha sonra ortaya çıkacaktır, ama bu süreç de tamamlanmaz; kökeninde insan bedeninin anatomisi gereği, bu iki alanın ortaklığı normal yetişkin insanın birçok özelliğinde ortaya çıkar. Nihayet şu da unutulmamalı ki, tüm gelişimler gibi, çocuğun gelişimi de kusursuz bir sona ulaşmaz: Eski zevklerin bir kısmı kalır, kaka yeme eğiliminin bir bölümü daha sonraki yaşamda etkisini gösterir ve kendini yetişkinlerin nevrozlarında, sapkınlıklarında, aykırılıklarında ve alışkanlıklarında dışa vurur.

Budunbilim de araştırmanın bambaşka yollarından geçerek, psikanalizle aynı sonuçlara varmıştır. Bu tür araştırmalar da değişik halklarda ve dönemlerde, *kofrofil* eğilimlerin nasıl bastırıldığını bedensel atıkların başka kültür düzeylerinde ele alınış biçimlerinin çocuksu yanlarını gösteriyor. Ama aynı zamanda, kökü kazınamayan, ilkel kofrofil eğilimlerin nasıl sürüp gittiğini de kanıtlıyor: Büyücülükte, halk geleneklerinde, törensel etkinliklerde ve halk hekimliğinde bedensel atıklara bir zamanlar verilen büyük değerin, kendine nasıl yeni ifadeler bulduğunu şaşkın bakışlarımızın önüne seriyor. Bu alan ile cinsel yaşam arasındaki ilişki de korunmuş görünüyor. Bu konuda bilgimizi artırarak terbiyemizin bozulmayacağı çok açık.

İnsan yaşamında dışkıların rolü üzerine sahip bulduğumuz en önemli ve en iyi bilgiler, J.G. Bourke'ün *Scotologic Rites of all Nations* adlı kitabında bir araya getirilmiş. Bu yüzden, bu kitabı Alman okurlara sunmak sadece cesur değil, aynı zamanda çok yararlı bir girişimdir.

*(Sigmund Freud, Bütün Eserleri X, 1946 Image Publishing Co. Ltd. Londra.)*

*Sözü idrar konusunu ele alan en eski yazar olarak bildiğimiz C. Plinius Secundus'a bırakalım:*

# Erkeğin İlacı: İdrar

*"... Böbrek mesane ve beldeki şiddetti ağrılar, banyo küveti içine karın üstü yatıp idrar yapmakta hafifler. yaraların üzerine Herakles düğümü bağlanırsa, yara çok daha çabuk iyileşir, her gün böyle bir kuşak bağlamak da birçok bakımdan fayda verir...*

*... Çöz sulanmasına karşı kulak arkasını, göz yaşarmasına karşı alın bölgesini ovmak iyidir...*

*... Yazarların idrar hakanda sadece bilgisi değil, batıl inanışları da var; kısırlığa karşı, hadım edilmiş birinin idrarı ile büyü yapılırmış. İzin verilirse bildireyim: Sözde, ergenliğe ermemiş bir oğlan çocuğun idrarı, yılan insanın gözüne tükürdüğü için, yılan tükürüğüne karşı göze sürülürmüş. (Daha başka, lekelerde, ağrılarda, vuruklarda, yaralarda, gözdeki arpacıkta, göz kapağı rahatsızlıklarında, cerahatta, çapak kaşıntı ve yanmalara karşı idrarla toprak karıştırılarak sürülür, kulak içi kiri ve kulağa böcek kaçması halinde yeni bir toprak kap içine bir baş soğan ile idrar konup yarıya ininceye kadar kaynatılır. Buharı, kadınların aybaşı kanamaları için de faydalıdır. Güherçile ile fesleğen özü karışımı, gözleri kuvvetlendirir. Güneş yanıklarında bir yumurta akı da eklenerek (deve kuşu yumurtası olursa daha iyi), sürülüp iki saat bekletilmelidir. (Mürekkep lekeleri de idrarla çıkar. Erkek idrarı ayaktaki gut hastalığına iyi gelir; idrarla yapağı işleyenlerin bu hastalığa bu yüzden tutulmadıkları söylenir. (Bütün akıntılı yaralar ve çocuklardaki pişiklere istiridye kabuğu külü ile kokuşmuş idrar karıştırılarak yapılan pomat sürülür. Ayrıca ısırık yerlerine, yanıklara, akrep sokmasına makat çatlaklarına iyi gelir. Görmüş geçirmiş ebeler, vücuttaki kaşıntıları, baştaki kelliği, isilik denen kaşıntılı kabarcıkları, idrarla karıştırılmış karbonattan başka hiçbir şeyin iyileştirmediğini söylerler, özellikle de cinsel organlar bölgesinde. Fakat, izninizle söyleyelim, herkese ancak kendi idrarı çok yararlıdır. Köpek ısırırsa, kıymık batarsa, bir sünger veya yün parçası üzerine idrar dökerek veya toprakla karıştırıp çamur yaparak yılan sokması, kuduz köpek ısırması gibi durumlarda bile, yaranın üzerine sürüp bırakmakta fayda vardır. Kırkayak sokmasına karşı da, o yerin üzerine hemen kendi idrarınızdan damlatırsanız, acısı ağrısı geçer."*

*(C. Plinius Secundus: Tabiat Bilgisi. Latince-Almanca, XXVIII. Kitap, Tababet ve Farmakoloji; Hayvanlardan Elde Edilen İlaçlar, Roderich*

*König ile Gerhad Winkler'in ortak çevirisi; Artemis Yayınevi, Münih-Zürih 1988).*

*Aynı konu hakkında Bergisch Gladbach'tan Christa Wenzel aşağıdaki bilgileri gönderdi:*

# Malum Şey

Hiçbir şey bedensel atıklar kadar tabu olmamıştır. "Pis" fıkralar bile, cinsel tabularla ilgilidir ve idrar veya dışkılamaya dair imalara pek seyrek rastlanır. Pek çok kimse, kan görmekten ve yaraya bakmaktan değil, pisliğe bakmaktan fenalaşır. Aslında kan da, idrar da, pek çok memba suyundan daha sterildir. Normal halde patojenlerden arınmıştır. Fakat insanlar bir ölüm tehlikesi ile karşılaşıp, kan veya idrar içmek arasında tercih yapmak durumunda kalınca, kanı seçmişlerdir. Demek ki, bedensel atıklarımızdan hoşlanmayışımız hijyenik sebeplerden ileri gelmiyor. Memeli hayvanlara baktığımızda, vücut atıklarına karşı, onların da aynı tavrı sergilediklerini görürüz. Oysa türlerinin kirlenmesi durumu dışında, kuşlar için bu geçerli değildir. Peki dışkılara karşı, bizdeki ve memeli hayvanlardaki bu duyarlılık nereden geliyor?

... Bana kalırsa bunun sebebi, biz memelilerde, ruh ile mesane, yani idrar yolları adaleleri arasında var olduğu düşünülen, kalıtım yoluyla gelmiş özerk bir etkileşim sistemidir. Heyecan ve gerilim "mesane üzerinde baskı oluşturur", çünkü bizde de, tıpkı yabancı bir koku almış köpekte görüldüğü gibi, işeme hissine yol açar. Büromuzda, özellikle çok yoğun iş günlerinde, daha sık tuvalete gitmek isteğini duyarız (ellerimizi yıkamak için değil elbet). Buna karşın yabancı bir yerde (örneğin korkunç kokuların yayıldığı kliniklerde) işemek zordur. Bizdeki memeli hayvan kalıtımı, yabancı ortamları bir anlamda kendi idrarımızla işaretlememizi engeller. Bizde de, ruhla mesane arasında görülen bu tür karşılıklı etkileşimlere rağmen, bunun sonucu olarak ortaya çıkan davranışlarımızı körelmiş olarak niteleyebiliriz. Bunu, bambaşka işlevlere sahip diğer bağırsak sendromlarında da görürüz. Fakat bazı durumlarda hayvansal tavır açıkça belli olur. Özellikle ruhsal hastalıklarda, dışkılamanın denetim dışı olması çok dikkat çekicidir. Aynı biçimde dışkımıza da, hoş bir koku katabilen özel bir hormonumuz yoktur;

amonyağın yakıcı kokusu ve dışkı içine karışan bakteriyel parçacıkların çıkardığı koku bizi fena halde tiksindirir. Tıpkı tutulamayan dışkılama gibi, yellenmek de iğrenç sayılır.

Kurtlar ve yabani hayvanlar gibi, insanların da cinsiyetlerine bağlı işeme biçimleri vardır. Küçük oğlan çocukların başlarda, kızlar gibi, kaka yapar pozda çiş yapmaları ilginçtir. Ayakta yapmayı öğrendikten sonra, ayaklarını ıslatmamak için, abartılı bir dikkat sarf eder. Bacaklar geri doğru kaykılır, karın ve bacak arası öne çıkarılır, omuzlar geri çekilip baş öne doğru eğilir; her şeyi iyi izleyebilmek için.

Güney Amerika'da yaşayan bir kemirgen türü olan Mara, kendi cinsinin daha alt kademesindekilere karşı , idrarını bir tehdit durumunda yapar. Birçok tavşan cinsi de aynı tavrı gösterir. Başka bir insanı hedef alarak işemek, çok büyük bir hakarettir. Tükürmek de buna benzer bir hakaret sayılabilir. Bazı küfür değimleri de bunlarla ilgili olarak hakaret için kullanılır: "Ağzına sıçarım," vs...

Bedensel ifrazat ve bu sürecin ürünleri karşısında alınan tavır daha çok bir kültür sorunudur. Bazı kültürlerde bu konu tam bir tabudur; bazılarındaysa konuya daha gevşek yaklaşılır. Bu konuda genel bir doğrultu olduğundan emin değilim. Bizim toplumumuzda da kırsal kesim insanlarının, kentlilere oranla daha az çekingen ve daha az hassas olduğunu sanıyorum. Daha sınırlı bir alanda, daha çok insanın yaşamak zorunda olduğu bölgelerde, yasaklar daha sıkı tutulmuş olabilir...

... Bu kitabın birçok tabuya, şu beden dilimizde kullandığımız organlarımıza ilişkin sırlara değineceğini başta söylemiştim. Önemli tabuların çoğu, toplumsal etkileşimlerimizi düzenler ve biyolojik mirasımızla sıkı bir bağlantı içindedir. Dahası, cinsellikle toplumsal konumun iç içe geçmesi, yeni tabular doğurdu ve cinsel organlar ve idrara karşı alınan mantıksız, abartılı tavır, milyonlarca yıl önce, hemen tüm memelilerde görülen cinsel sinyalleri ve bedensel atıkları sahiplenmenin bir aracı gibi kullanmasını akla getiriyor.

Belli tabuları yıkmak gibi bir niyetim yok, incelikle yaklaşılması gereken konulan çamura batırmayı veya estetik değer yargılarımızı alt üst etmeyi de asla istemem. Tabularımızı koruyabiliriz ve koruyalım. Fakat bir an için

zamanı durdurmak hoş oluyor -hani çocukken oynadığımız oyunlarda, bir şeyi hemen elde etmek için yaptığımız gibi- böylece tabuların gerçek anlamının bilincine varıyoruz. Son olarak biz gene zırhımıza bürünelim ve örtünme stratejimizle ve tabu sistemimizle başbaşa kalalım. Ama bu kısa gezinin, bilincimizi genişlettiğini umut edelim...

*R. Dale Guthrie: "Malum şey". Vücudun Verdiği Sinyaller: Canımız Neyi Çeker, Nelerden İğreniriz? Kindler Yayınevi, Münih.*

*Wolfgank K'nin, Bielefeld'ten gönderdiği makaleye bakılırsa, Hintli sağlıkçıların pek çoğu, idrara karşı bambaşka bir tutum içindeler:*

# Güzellik Kürü

Hintli sağlık uzmanları birçok rahatsızlığa karşı kür olarak, idrar içmeyi öneriyorlar. Hükümet başkanı Desai bile idrar kürü yapıyor.

Silaç köyünde oturan Prahalad Das Patel, sabahları işine giderken küçük çamaşır dolabında duran şişeleri kırmasınlar diye çocuklarına sıkı sıkı tembih ediyor. Çünkü içlerinde onun en değerli şeyi var: İdrarı; bazı şişelerin içindekiler yıllanmış.

Hemşerileri tarafından memleketlerinin adetince *"Prahaladb-hai"* yani Prahalad birader diye çağırılan bu adam için, idrar her derde deva ve kendisi, Avrupalı doktorlara göre ürikasit zehirlenmesine yol açacağı söylenen bu ilaca, sağlığını borçlu olduğuna yemin ediyor: "On yıl önce hazım güçlüğü çekiyordum, sonra gözüm buğulandı: Okuyup, yazamıyordum. Bugün çok sağlıklıyım, gözlük bile kullanmıyorum. 65 yaşıma rağmen günde 15 saat çalışıyor, her gün 30 km. yol yürüyorum."

Prahalad, idrar içmeye "Mükemmel Sağlık İçin İdrarla Tedavi Usulleri" isimli eseri okuduktan sonra başlamış. Raodşi-bhai Manibhai Patel isimli bir bilgin tarafından 1959"da devletin başkenti olan Guçarat'ta bastırılan bir kitap, şimdiye kadar Guçarat Hindi, Kannahada'da tam 18 baskı yapmış.

Kitap, kanserden öksürüğe, mide ülserinden basura, hatta cüzzam ve vebaya kadar bütün hastalıklara karşı idrarı öneriyor.

Kitapta eski Sanskritçe yazıların birinde tanrı Şiva ile eşi arasında geçen bir konuşma da yer alıyor: "İdrar kürü yapan biri, tuzlu ve ekşili acılı yemekler yemesin, ölçülü yesin, çok çalışsın, hislerini denetim altında tutsun ve yerde uyusun. Sabah erkenden kalkıp doğuya doğru dönerek çişini yapsın, ilk ve son damlaları bıraksın, kalan idrarını bir kavanoza doldursun ve içsin. O zaman bu *"Şivambu"* (Şiva'nın suyu) tıpkı bir meyve suyu gibi tat verir, hastalıklan defeder ve yaşlanmayı önler"

İncil'de "Kendi sarnıcının suyunu iç" diyen bir ayet vardır. Geçmiş yıllardan kalan İngilizce ve Fransızca eserlerde de, insanın kendi idrarının "içteki ve dıştaki her türlü hastalığa, en iyi ve etkili ilaç" olduğu övgü ile anlatılır. İngiliz Sağlık uzmanı John Armstrong'un "Hayat suyu" isimli eserinde özel durumlarla ilgili olarak, iyileşmesi imkânsız sayılan kanserin idrarla yenilebildiği kaydedilmiştir.

İdrar kürünün ateşli taraftarlarından bir genç adam, idrarın iyiliğini mührünü basarak kanıtlamıştır. Kendisi bugün 81 yaşında olup, son derece sağlıklıdır ve altı aydan beri 620 milyon Hintliyi idare etmektedir: Kendisi de Guçarad'lı olan Başbakan Morarçi Desai. Şimdiki Başbakan, Nehru kabinesinde Maliye Bakanlığı yaparken şunları yazıyordu: "Böyle bir sürü tuhaf fabrika ilaçlarının üretildiği bir zamanda, bu çok basit ve güzel tedavinin çok taraftar bulmasını diliyorum"

Desai kendisinin de tedaviyi uyguladığını itiraf ediyor: "Tedavinin başlıca zorluğu, idrar kavramı karşısında içte bir direncin olması. Bu değişmeli, insanlar tadı da kokusu da güzel olmayan diğer ilaçlara nasıl alışıyorlarsa buna da alışmalılar."

"Yazar bu konuda bir şeyler yaptı. Sadece kendi bildiklerini aktarmakla kalmadı, başkalarından gelen bilgilere de yer verdi."

Bu mesajın tüm ülkede olumlu karşılandığı görülüyor. Bu konu vejetariyen ihtiyar, Hindistan'ı yönetmeye başladıktan sonra, yurttaşlarına sigara içmeyi yasaklayınca, her sabah "kendi pınarından" bir bardak içmek âdeti yaygınlaştı.

Aynı zamanda bir yardım kuruluşu olan *"Bharat-Sevak-Samaç"m* başkanı ve "Manav Mutra"nın yazarı Pannalai Caveri, idrar tedavisinden çok emin

görünüyor: "Morarçibhai, (Morarçi birader) idrar-kürü uyguladığı için bu kadar sağlıklı ve dinç." Başbakandan gelen, temmuz 1977 tarihli bir mektubu da gösteriyor: Desai şöyle yazıyor: "İdrar tedavisine kesinlikle güveniyorum. Bizim fakir ülkemiz için bu gerçekten en iyi kürdür."

İdrar konusu, Hint parlamentosunda bir tartışmaya sebep oldu. Sağlık Bakanı Rac Narain, milletvekillerine, idrar tedavisini bilimsel olarak araştırmakla doktorları görevlendirdiğini bildirdi. Eğer gerçekten faydalı bulunursa, bütün ülkede sağlık politikaları idrar kürlerini de kapsayacak.

İdrar tedavisinin taraftarlarının çoğalması, insanın kendi böbreğinin ürünü olan bu suyun, kanser, frengi, kalp ve şeker hastalıkları da dahil olmak üzere, her tür hastalığa iyi geldiğini, hatta önlediğini ispatlıyor.

Ama bunun bir koşulu var: Tedavi sırasında sadece sebzelerle beslenmeye ve alkol, kahve, sigara kullanmamaya özen göstermek gerekiyor.

Köylü Prahalad ise idrar tedavisinin inceliklerini iyice öğrenmiş; gerçi idrarı içerken taze olmasına dikkat ediyor, ama dıştan kullanacağı idrarı şişelerde bekletiyor. Ağır egzama vakalarında üç-dört ay beklemiş idrarı kullanmadan önce, kaynatarak gereken yerlere sürüyor.

## "Sadece Kendi İdrarını İç!"

Hintli idrar kürü ilahı Caveri ile bir söyleşi

"Bharat-Sevak-Samaç" isimli Hint örgütü, idrar içme alışkanlığını bütün ülkeye yaymakla meşgul. Kurumun başkanı, Pannalai Caveri.

***Spiegel:*** Siz kendi idrarınızı içiyor musunuz?

***Caveri:*** Evet.

***Spiegel:*** Her gün mü?

***Caveri:*** Her gün.

***Spiegel:*** Kaç yaşındasınız?

***Caveri:*** 74.

***Spiegel:*** Ne kadar idrar içiyorsunuz?

***Caveri:*** Sabah kalktığım zaman ne kadar çıkarsa, hepsini içiyorum. Saat dokuza, ona doğru ikinci idrarımı da içiyorum.

***Spiegel:*** Bu idrar kürü ile belli bir rahatsızlığınızı tedavi ettiniz mi?

***Caveri:*** Evet gözümdeki pusu.

***Spiegel:*** İdrarı dıştan da kullanıyor musunuz?

***Caveri:*** Evet, örneğin gözlerimi yıkıyorum. Şişelerde birkaç gün bekletiyorum. Cilt rahatsızlıklarına iyi geliyor.

***Spiegel:*** İdrar içenler kokuya nasıl dayanıyorlar? Fena olmuyor musunuz?

***Caveri:*** Kokusu pek iştah açıcı değil. Fakat birkaç gün sonra artık bu farkedilmiyor. İlk defasında içine güzel kokulu bir esans damlatılabilir.

***Spiegel:*** Demek siz, idrarın her hastalığı iyileştirdiğinden eminsiniz; bu nasıl oluyor?

***Caveri:*** İnsanlar, idrarın vücudun attığı pis bir şey olduğunu zannediyorlar. Aslında durum şu. Vücuda alınan gıdalar enerji veriyor.

Fakat eğer vücutta belli bir hastalık varsa, gıdaların içindeki belli bazı maddeleri kabul edemiyor. Bunlar idrarla birlikte vücuttan atılıyor, içilen idrarla birlikte vücuda bunlar tekrar verilince hastalık tedavi ediliyor. Önemli olan herkesin kendi idrarını içmesi.

***Spiegel:*** Peki, sizin kanaatinize göre, idrarla hangi hastalıklar tedavi edilebiliyor?

***Caveri:*** Tüberküloz, egzama, kalp hastalıkları, bronşit, felçler.

***Spiegel:*** İdrar içince vejeteryan mı olmak gerekiyor?

***Caveri:*** Evet, mutlaka! İdrar tedavisini bir iki günlük diyet izlemeli, bu sırada bol miktarda kaynamış su ve süt içilmeli.

***Spiegel:*** Başka nelere dikkat etmek gerekiyor?

***Caveri:*** Alkol yok, kahve yok, koyu çay yok!

***Spiegel:*** Hindistan Başbakanı Desai idrar tedavisi yapmasıyla ünlü. Hâlâ devam ediyor mu?

***Caveri:*** Evet, her gün, her sabah.

*Claude Levi-Strauss'un aşağıdaki makalesini bize Münih'ten Rita Mühlbauer gönderdi. İdrar içmenin çok başka bir yanından bahsediyor: Mantar zehirlenmesi sarhoşluğu; yani "çiftesarhoşluk"*

# İbadette Mantar (R.G. Wasson'un Bir Kitabı Üzerine)

Bilindiği gibi RigVeda ilahilerinde (Hint edebiyatının bilinen en eski eseri / y.n.), *Soma* denilen uyuşturucu bir bitkiye geniş yer verilir. Soma'nın özsuyu çıkarılıp, filtre ediliyor, sonra taze veya ekşimiş süt ile karıştırılıyor ve ayin sırasında rahipler, özellikle de tanrı *Indra* ve onun arabacısı *Vâyuyu* temsil eden rahipler tarafından içiliyordu. Eskiden İranlılar tarafından kullanılan ve *Haoma* diye nitelenen uyuşturucu içki de herhalde Soma olmalıdır. 18. yy'dan beri indologlar bu bitkilerin mahiyeti hakkında çeşitli varsayımlar ileri sürmüşlerdir. Ancak bu varsayımlar ya eldeki bilgiler tarafından çürütülmüş, ya da kanıtlanamamıştır. Çünkü, Soma'nın sırrı, RigVeda döneminden sonra kaybolmuştur. Sonraki dönemlerde ortaya çıkan yazılarda, soma benzeri -efedra, sarcostemma, periploca gibi- bazı uyuşturuculardan söz edilmektedir. Gerçi bu uyuşturucular botanikçiler tarafından teşhis edilebilmiştir, fakat bunlar botanikçilerin de kabul ettikleri gibi, yalnızca esas bitkinin yokluğunda kullanılıyor ve onun yerini tutmuyorlardı. Soma mayalanmış bir içki veya alkol de olamazdı. Zira Ariler, ortaçağda geliştirilen destillasyon yöntemini henüz bilmiyorlardı.

Diğer taraftan, erkeksi bir cinsiyet atfettikleri Soma'yla, tanıdıkları ancak kadınsı buldukları mayalı içkiler tam bir zıtlık ilişkisi kurmuşlardı. Mayalı içkiler RigVeda metinlerinde *Sura* olarak adlandırılıyorlardı.

Kullanılan hurufatın ve çizimlerinin niteliğinden, kağıdının güzelliğinden ve sınırlı sayıda basılmış olmasından anlaşıldığı kadarıyla bibliyografik değer taşıdığı belli olan bir eserde *(Soma, Divine Mushrooom of Immortality, New York, 1968)* R.G. Wasson, soma'nın doğası hakkında devrim yaratacak bir varsayım geliştirdi. Bu varsayımın sonuçlan öylesine geniş bir alanı kapsıyor ki, etnologlar, bu tezin yayılmasını sadece indologlara bırakamazlar. Yazara göre, soma bir çeşit zehirli mantardır *(Amanita muscaria)*, bunu Avrupalı mantar toplayıcılar da bilirler ve 18. yy'dan beri tanınmaktadırlar. Örneğin Kamçatkahlar, Kojaklar gibi eski Asya halkları da zamanında halüsinojen etkisinden dolayı ona dinsel bir değer vermişlerdir...

... Kitaptaki "vurucu sav" olarak niteleyebileceğimiz şey, zihinleri daha da karıştırıyor. RigVeda'da, uzmanların aydınlatmaya çalıştıkları pek çok karanlık noktalardan biri de, IX, 74, no'lu ilahidir. Renou bu ilahinin dördüncü dizesini aynen şöyle çevirmiştir: *"Les seigneurs à la vessie pleine compissent le Soma mise-en-branle."* Wasson'un nesir çevirisinde bu dize şöyle veriliyor: *"Şişmiş erkeklerin boşalttıkları sidiktir Soma."* Doğu Sibirya'da bulunmuş herkesin gözlemlediği gibi, zehirli mantar yemiş birinin sidiğine çok değer verilmesi dışında ne anlama gelebilir ki bu dize? Sarhoş olmuş birinin idrarından içerek, bazen taze, ama çoğunlukla da kurutulmuş mantarın vereceği sarhoşluğu aynen yaşamak ya da sürdürmek mümkündür. Dahası da var: Eski Asya ülkeleri ile ilgili etnografık belgeler, bu idrarın, esas maddeye tercih edildiğini düşündürüyor; bazılarına göre, daha kuvvetli olduğu için, diğerlerine göreyse, mantarın kimyasal bileşiminde, istenmeyen etkilere yol açan bazı maddeler, vücut içinde ayrıştırıldığı ve geriye sadece hayal kurmaya yarayan akoloitler kaldığı için... Sibiryalılar bu bitkiyi iki ayrı biçimde tüketiyorlardı: Ya doğrudan mantarı yiyorlar, ya da sarhoş birinin idrarını içiyorlardı.

... Aynı metinde, kırmızı mantar ve ayin suyu yerine insan idrarı kullananlardan yakınılıyor. Wasson, bu konuyla ilgili olarak, Bombay

civarında, Zerdüşt dinine bağlı Perslerin, simgesel bir biçimde boğa sidiği içtiklerinden bahsediyor.

Yazır, bir atık olarak gördüğümüz idrara karşı, bizim kültürümüzle taban tabana ters düşen bu eski inancı sık sır vurguluyor ve bunda, idrar içmenin önemli bir yer tuttuğu Amanita muscaria adlı mantar çevresinde oluşan ayinlerin bir kalıntısını görüyor. Hatta, bu ayinlerin Ren geyiklerinin yaşadığı bölgelerde doğduğu hakkında bir de varsayım geliştiriyor, çünkü bu geyikler yedikleri bir tür mantarla sarhoş olmaktaydılar ve bu mantarlardan on kat daha sert bir etki yaratan insanın sidiğine karşı belirgin bir düşkünlükleri vardı. Bu açıdan bakılırsa, bu insan sidiğinde mantar akoloitlerinin bulunduğu düşünülebilir. Sibiryalıların evcilleştirdikleri bu geyiklerin, en azından idrar içmek bağlamında, sahiplerine örnek oldukları varsayılabilir.

... İnsan vücudundan çıkan atıklara karşı toplumların tutumu etnik merkezci bir karakter taşır. İdrara karşı duyulan nefret doğal bir olay değildir ve birçok toplum değişik amaçlarla kullanılabilen bu sıvıya, bizden daha nesnel bakarlar. Avustralyalıların sünnette akan kanı, yapıştırıcı madde üretiminde kullandıkları gibi, sözgelimi Amerika'nın batısındaki birçok halk da idrarı ayinsel temizlikte, ya da doğrudan doğruya saç yıkamada kullanıyorlardı...

... Hindistan'da olduğu gibi eski bir Asya halkı olan Yukagirlerde de (zevkle yedikleri çayırmantarının tersine) yenmez kabul edilen zehirli mantarlardan bir dizi yararlanma olanağı geliştirilmişti: Yenmeyen bu mantarlara, "köpek sidiği" diyorlardı. Birbirinden yüzlerce kilometre uzaklıktaki iki ayrı kültürde, mantarla sidik arasında böyle benzer bir bağlantı kurulmuş olmasını, örtük bir inanca bağlamadan temellendirmek çok zor olurdu. Ama Sibirya söz konusu olduğunda, belgelerle de kanıtlanmış böyle bir inanç var. Ve bu inancın eski Hindistan'da da varolduğu olgusundan hareket etmek, idrar ile mantar arasındaki yaklaşımı açıklamak için bize mantıklı bir bağ kurma olanağını verir. Uygun koşullar altında, insan idrarının sağladığı ruhsal etkinin, hayal görmeyi sağlayan mantarların yerini tuttuğunu biliyoruz. O halde şu sonuca varabiliriz:

1. *(insan sidiği --> çayırmantarı): (köpek sidiği --> adi mantar)*

2. *(çayırmantarı: diğer mantarlar):: (insan:köpek)*

Wasson, Soma'nın ne olduğunu açıklamak üzere ortaya atılan bitki adları arasında, en akla yakın olanın *Amanita muscaria* adlı mantar olduğunu, inandırıcı bir biçimde açıklıyor. Çünkü bu varsayım, şimdiye kadar hiçbir anlam verilememiş olan bir dizi cümle ve ifadeye, bir anlam kazandırıyor...

*(Claııde Levi Strauss, Yapısal Antropoloji, Suhrkamp Yayınevi, Frankfurt am Main, 1977, Çeviri: Eva Moldenhaıııer, Hns H. Ritter ve Traugett König.)*

# Son Birkaç Söz

Aslında bu kitabın başlangıcında bir ebe hanım var. 21.7.1988'de *Hallo-U-Wagen* adlı yayınımızın *"Çok Özel Bir Sıvı: İdrar"* başlıklı bölümünün yayınlanabilmesini o sağladı; o zamandan beri de herkesin dilinde bu yayın var. İnsanlar sokak ortasında beni durdurup, dedelerinin hikâyelerini anlatıyorlar. Bazılarını utanarak dile getiriyorlar. Yüz ifadelerinden, sanki yüzyıllardır var olduğu hep bilinen, fakat gizlenmesinin doğru olacağı düşünülmüş bir sırrı açıklarmışçasına utandıkları belli oluyor.

Ebe hanımın adı, Monika Plonka. Bugünün genç ebelerine örnek olacak insanlardan biri. 60'lı yıllara kadar, bisiklet tepesinde evden eve dolaşarak, bebekleri ana babalarının yataklarında dünyaya getirmiş. Bugün de hâlâ evlerde yapılan doğumlara gidiyor. Doğumdan önce tanışabildiğiniz ve sonra da ya birlikte doğum için sizinle birlikte hastaneye gelen veya evde doğumu kendisi yaptıran, artık unutulmuş ebelerden biri o.

70 yaşındaki Monika Plonka enerjik bir tip değil. Tostoparlak, rahat, sakin bir kişi, biraz muzip bir gülümseyişi ve pırıl pırıl ışıklar saçan mavi gözleri var. Birçok kadın ve erkek ona hayran; çünkü soğukkanlılığı ile birçok doğumu, hastanelerde görülen steril fayanslardan, insanın cesaretini kıran davranışlardan, her nöbet değişikliğinde karşınıza çıkan, huyu birbirine benzemez hemşirelerden uzakta, unutulmaz güzellikte doğal bir olay haline getirmiş. Fransızların bu tip kadınlara neden "femmes sages" (bilge kadın) dediklerini onu görünce daha iyi anlıyorsunuz. Frau Plonka, halk ilaçları hakkında pek çok şey biliyor: Doğum bölgesi yaralarına meşe kökü ile tedavi; meme başı yaralarına anne sütü sürmek (ki Türk kadınları bugün bile böyle yapıyorlar); bebek nezle olursa burun deliklerine anne sütü sıkmak gibi... Bebeklerin, annenin göğsündeki bir iltihaplanmayı, emdikleri sütün tadından hemen anladıklarını da biliyor. Bitkin düşene kadar emerek, göğüsteki fazla sütü almaya ve böylece göğüslerde iltihap toplanmasını önlemeye çalışarak anneye "yardımcı" olurlarmış. Oysa doktorlara kalsa hemen ilaç vererek sütten kesmeye kalkarlar. Önceleri tatlı olan sütün, emzirme döneminin sonuna doğru, azalan yoğunluğuyla birlikte tuzlu bir tat aldığını ve bunun sütten kesmeyi kolaylaştırdığı da bildikleri arasında.

Tıpkı anne sütünün, içeriği ve renginin, örneğin bağışıklık kazandıran maddelerin zaman içinde, çocuğun gelişmesine ve gereksinimlerine uygun olarak değiştiği gibi...

Bayan Plonka, koruması altına aldığı ana babalara, bebeklerini plastik bezlerle sarmamalarını, kumaş kullanmalarını öğütler; böylece pişikler de önlenmiş olur. Eğer bebeğe pamuklu veya yapay bezler yerine, yün don giydirilecek olursa, sık sık altını değiştirmek de gerekmez.

Hannelore Ruppert de, Bayan Plonka ile birlikte çalışıyor ve kendi icadı olan, hiç işlenmemiş saf yünden yapılma kundak bezlerini kullanmayı öğretiyor. Bu yün pek alışılmamış bir görünümde. Kirli gri-sarı bir rengi var. Ve ekşi bir koyun kokusu yayıyor. Çok hafifçe eğirildiği için, örerken iplikler hep kopuveriyor. Koyun postunun içerdiği lanolin ipliklere geçtiği için, örerken insanın parmaklan gerçekten de yağlanıp yumuşacık oluyor. Bayan Plonka ile Bayan Ruppert'in güvenilir tavsiyeleri olmasaydı birçok anne bu denemeyi yapmaya kalkışmazdı. Çünkü çok ters bir biçimde, idrarla doğrudan doğruya temas halinde olmasına rağmen bu yün bezlerin elden geldiğince az yıkanması gerekiyor. Şimdi herkes haklı olarak şöyle düşünecek:

"Ne iğrenç! Birkaç saat geçince kokmaya başlar. Bir de koyun kokusu eklenecek!"

Vaktiyle bu yün bezleri deneyenler, gördüklerinin küçük bir mucize olduğunu hissetmişler. Yünün koyun kokusu kaybolmuş ve bezler güzel kokmaya başlamış: Temiz ve hoş bir koku. İnanılır gibi değil! Sanki güneşte çimenler üzerinde kurutulmuş çamaşır gibi! Hatta iyice çişle ıslandıktan sonra bile. Kendisi koklamayan buna inanamaz.

Uzmanlar, bunun bitkisel ipliklerle, hayvansal iplikler arasındaki farklılıktan ileri geldiğini bilirler: Yün ve ipek birer protein ürünü olduklarından, yapılan gereği insan cildine ve özelliklerine yakındır. Pamuk, keten ya da yapay kumaşların kimyasal iplikleri bambaşka bir yapıdadır. Koklayarak, elleyerek aralarındaki farkı hissetmek mümkündür; işlenmemiş yün rutubeti çekmez. Nemi kuşatan odacıklar oluşturur. İpliklerin kendileri lanolin ile korundukları için, asla ıslanmazlar. İdrar bu odacıklardan buharlaşarak çevreye yayılır ve taze saman kokusu duyulur.

Yünün kendisi ise, idrarın içindeki amonyak ile yıkanmış olur. Sadece bez güzel kokmakla kalmaz, kirli gri renk gider ve tıpkı beyaz kazaklar gibi, bembeyaz olur. Koyunların ve diğer bazı hayvanların öyle sırılsıklam ıslanmayışları, işlenmemiş yünün yapısındaki özelliktendir. Postları kiri ve yağmur suyunu çekmez. Buna bağlı olarak da, sabun, yünün bu en önemli özelliğini bozar. Yıkanınca içindeki doğal yağlar gider. İşte lifler asıl o zaman kirlenir. Yün bez yöntemi sayesinde, bitkisel ve kimyasal ipliklerin bakterileri daha çabuk ürettikleri ve kötü koktukları anlaşılmış oldu: Çocuğa sarılan yumuşak pamuklu bez, çok geçmeden hepimizin bildiği o iğrenç idrar kokusunu duyurur. Yün bezler ise hiç yıkanmadan aylarca kullanılabilir. Taze ve güzel kokusunu kaybetmez ve ancak yünün yağı yıkanarak giderilince kokusu değişir. Doğrusu bu şaşırtıcı bilgiyi kendime saklamak istemedim ve şu başlıkla bir program yaptım: *"Ah, Yanlış Kundak Kurbanı Zavallı Popolar"*. Sonuç merakla, protesto karışımı tepkiler oldu. Yine de müthiş bir ilgi.

Yayının uyandırdığı yankılardan anlaşıldı ki, şimdiye kadar, kundak hijyenisi konusundaki yöntemleri, tarihi gelişimiyle ve halklar arasında karşılaştırma yaparak araştıran hiç kimse olmamıştı. Farklı kültürlerde idrarın nasıl ele alındığı konusunda, bizim yaptığımız araştırmaların sonuçlarıysa tatmin edici olmaktan uzaktı. Açıkça belli olan bir şey varsa, o da şuydu: Pampers, ya da benzeri sentetik bebek bezlerinden vazgeçilemediği sürece, yıkama ve cilt yumuşatıcı yağlardan da vazgeçilemiyordu. Doğrusu, anneliği bilen birtakım kadın araştırmacıların, insanların kutuplarda ya da çölde, beş bin metre yükseklikte ya da bataklık bölgelerde; sıcakta, soğukta ya da karda bu konudaki geleneklerini, usullerini araştırıp, bir kitap yazmalarına değer.

Beni etkileyen şöyle bir olay da geçti: Bir bölümün başlığı şuydu: *"Çayırda Neler Oluyor? Otlak Bekçilerine Koruyucu Yardım"*. Bu yayında, birçok ineğin ve diğer hayvanın, otlak ve çayırların doğal büyümesine izin verilirse, çeşitli hastalıklarında, kendilerine yararlı olacak otlan arayıp bulabildikleri anlatılıyordu. Yüzyıllardır evcilleştirilmiş olmalarına ve türlerinin değişmesine karşın, inekler "kendilerini koruma" içgüdülerini saklamışlardır. Biz insanlar ise kaybetmek üzereyiz, daha da kötüsü olacak; savaş ve savaş sonrası kuşakları henüz ev ilaçları ve şifalı bitkiler hakkında az çok bilgi sahibi sayılırlar ama, onlarla birlikte kültürümüzün son

kalıntıları da ölüp gidecek. Süpermarket çocuklarının tüm bilgileri kitaplardan geliyor; dokuz yaşındaki bir oğlan geçenlerde taze naneyi koklayınca "aa, çiklet kokuyor," diye bağırdı.

Gerçi kültürümüzden yüzyıllardır devraldıklarımızı, fark gözetmeden, abartarak kötülediğimiz veya değer vermeyerek ne yazık ki, pek çok "bilge kadının" ve halk hekimliği konusundaki geleneksel bilgilerin kaybına sebep olduğumuz şu sıralarda insanların kafasına dank etti.

Basit görünen ve bedava tedavi yöntemlerinin bilincine varmamız, sadece bedava olmalarından değil. Gittikçe daha çok kimse, idrarın, terin, kanın, tükürüğün, spermin ve anne sütünün etkilerini öğrenmeye ilgi duyuyor. Fakat bu ilgi ve meraka karşın, tiksinti öylesine derin bir yer etmiş ki, insanlar biraz önce ağızlarında bulunan tükürüğü bile pis buluyorlar ve içine kendi tükürükleri bile damlasa, bir bardak suyu içmeye çekiniyorlar. Tükürük bir sıvı olarak kabul edilmez, oysa o olmadan konuşamayız; içindeki bir sürü değerli madde dolayısı ile hazma son derece faydalı bir unsurdur. Bebeğin, akan salyasını bile, alelacele klor ve nitratlı suyla silmek daha kolayımıza geliyor. Terlemek de, vücuttan çıkan ter de, yanlış bilinen şeylerdendir. Vücudun bu "doğal ısı ayarlayıcısı"na karşı, kimyasal savaşa kalkışmanın kendine zarar vereceğini görmeye başlayan insanların sayısı giderek artıyor. Gittikçe daha çok kimse kendi kokusunun, ticari parfümden daha anlamlı olduğu duygusunu benimsiyor.

Cinsel organların temizleyici ve şifalı florasının, sadece aşk hayatı için salgılanmadığı ve spreylerle, dezenfektanlarla bunların zarar gördüğü artık her yerde konuşuluyor. Ama kendini temizlemek dışında, başka işlevleri ve becerileri hakkında pek az bilgi var.

Tükürüğün, akmayı önlediğini, kurutmaya faydası olduğunu bildiğimizden değil, âdet olmuş diye kanı yalarız. Amerikalı kadın yazar Germaine Greer, 70'li yılların başında yazdığı "Hadım Kadın" isimli kitabının infial yaratan, unutulmaz cümlesinde, kadınların kendi âdet kanlarını, parmak ucuyla olsun yalamalarının bile kesinlikle imkânsız olduğunu, kadınların bedenlerine yabancılaşmasının bir kanıtı olarak gösteriyordu.

Ve bir kulak-burun-boğaz profesörü, bizim dinleyicilerimizden Rotz'a, tükürüğünü ve balgamını, mükemmel birer porsiyon lökosit ve elektrosit

olarak değerlendirip, yutmasını söylediğinde kadın boğuluyormuş -dehşet üstüne dehşet! Kimbilir belki sağlık sorunları patlaması, ana sütündeki bağışıklık kazandıran maddelerin de daha esaslı biçimde araştırılmasını gerekli kılar. Belki de anne sütünden geç (2-3 yaşında) kesilen bebeklerin, ileriki yıllarda, erken kesilen ve fabrika ürünleri ile beslenen bebeklere kıyasla, çocuk hastalıklarına daha seyrek yakalandıklarını, yemek konusunda daha bilinçli ve kaprissiz olduklarını tesbit etmek için ayrıntılı araştırmalar yapmaya değer.

(Sorun şurada: Hangi bebek maması üreten firma, böyle bir araştırma için ortaya para koyar? Birçok insanı korkutan, bilimsel araştırmaların, "kimin arabasına binerse, onun düdüğünü çalma" eğiliminde olması. Belki yeni kadın araştırmalarının getirdiği yöntemler, gelecekte bu alanda daha önyargısız, daha tarihsel, daha kültürel ve daha disiplinli araştırmalara olanak tanırlar. Basit ve pratik olmakla birlikte cevapsız kalmış pek çok soru yok mu?)

- *Suyu ve musluğu olmayan halklar nasıl yaşıyorlar (tarihsel, toplumsal ve kültürel açılardan karşılaştırıldığında)?*

- *Anneler, yiyecek ve sabun yokken (binlerce yıl) ne yaparlardı?*

- *Çöl insanları tuvalet kâğıdı yerine ne kullanırlar? (Kum elbette, ama devamlı olunca tahriş etmez mi? Neden yaralar açılmaz? Onlar neden daha az tiksiniyorlar, ne sonuç veriyor?*

- *Doğada yaşayan birçok kadın, bebeklerini içinde taşıdıkları bohçaları, çocuğun altını bağlamadan sardıkları halde, nasıl temiz tutabiliyorlar? Çocuk ıslatınca sırtlarında hissetmeleri için ne kadar zaman geçiyor? Kadın bunu nasıl öğreniyor?*

- *Bir bebeğin yalnız bırakılamayacağı gerçeği ve devamlı kucakta taşınması, çocuğun ruhunu ve sosyal davranışını nasıl etkiliyor?*

- *Bebekler annelerle hep göz göze bakışmasalar veya bebek arabasında hep anneye doğru dönük olmasalar da, aksine anne ile aynı hizada ve aynı yöne doğru bakıyor olsalardı, sonucu ne olurdu? (Saint-Exupery:*

*"Aşk birbirinin gözünün içine bakmak değil, birlikte aynı yöne doğru bakmaktır.")*

- *Bize göre acınacak bir yaşam süren insanlarda görülen samimiyet, neşe, fazla yetinme olgusu ile, bebeğin kucakta taşınması ve uzun süre emzirilmesi arasında nasıl bir bağlantı olabilir?*
- *Eskimo kadınları ve buz gibi yüksek dağlarda yaşayan kadınlar, kendilerine ve çocuklarına nasıl temiz bakabiliyorlar?*
- *Bazı halkların bebekleri sımsıkı kundaklar sarması, onların ileriki kişiliklerini nasıl etkiler?*
- *Süper color ya da beyazlatıcı temizlik maddelerinden yoksun olan toplumlarda anneler, harika renklerdeki kumaşları ve derileri, binlerce yıldan beri nasıl temiz tutuyorlardı?*
- *Çinliler ve Amerika 'daki Kızılderililer yıkanmak için ne kullanırlardı?*
- *Fellah kadınlarıyla, Macellan Adaları'nda yaşayan kadınların lağım işlerinde benzerlikleri nedir?*
- *Polinezyalı kadınlarla, Papualı kadınlar arasında âdet kanamaları konusunda ne gibi farklılıklar vardır?*
- *Hintli kadınlar idrarla ne gibi şeyler yaparlar?*
- *Sünnet olmanın dinsel açıdan zorunlu ülkelerde, erkeklerin özellikle sert, kadınlara karşı baskıcı ve geniş aileye düşkün olmaları tesadüf müdür?*
- *Türk kadınları, kız ve oğlan çocukları için kullandıkları kundak çubuklarını (ki, bunlar ücra yerlerdeki pazarlarda hâlâ satılmakta) başkalarına göstermeye ne zamandan beri utanıyorlar? (Bana bunları getiren Ingrid Demming'e teşekkür ederim.)*

Bu araştırmalardan ilginç sonuçlar çıkabilir: Örneğin bizim kendimize yetemeyişimiz ve ölçüsüzlüğümüz; batı toplumlarının doymak bilmezliği,

bebekliğimizde emzirilmeden, yalnızlık korkusu içinde bir kenara bırakılmış olmamıza bağlanabilir. Beyazın içinde daima siyah bir nokta ve siyahın içinde de daima bir beyaz nokta bulunur ve ancak ikisi birleşerek bir bütün oluşturur diyen Ying-yang prensibi belki bu araştırmaya bir temel teşkil edebilir. Bir şeyin avantaj ve dezavantajını yansız ve bilimsel olarak gözlemek, belki çeşitli toplumlarda, tahammül, temizlik, tiksinti ve utanma duygularının ve alışkanlıklarının sonuçta toplumu politik olarak nasıl etkilediğini, olabildiğince önyargısız, dikkatli ve karşılaştırarak araştırmamıza imkân sağlar.

Şimdi bütün bunların idrarla ne ilgisi var diye şaşırıyorsunuz belki: Bana son olarak, kısa bir "kaçamak" için izin verin. *"İnsan Ne Kadar Yakınlık İster? Sırtta Taşıma mı. Yoksa Bebek Arabası mı?"* başlığını taşıyan bir yayının ardından, bana bir sırt bohçası armağan ettiler. Afrika'dan gelen bu bohçanın üzerinde kırmızı-siyah bir desen, bir de yazı vardı: *"Bora ute kuliko kitu."*

Bu seslere şöyle bir kulak verin: *Bora, uto, kito,* çocukça sesler. Tam çocuklara göre öyle değil mi? Emredici bir söze hiç benzemiyor. Bunun ne anlama geldiğini çok düşündüm. Belki şöyle bir şey: "Benim mandalarım!" veya "Piş kurabiyem piş!". Yoksa bu da Afrika'nın Yves Saint Laurent'i mi? Hayır, sözcüklere bakılırsa bana göre, çok eğlenceli basit bir şey olmalı.

Kalkınma yardımı projelerinde çalışan bir uzman bana şunu anlattı: Tanzanya'nın bir köyünde, yerlilere küçük bir toprak parçasında, kulübelerinin yanında, nasıl küçük patatesler yerine, iri patatesler yetişebileceğini öğretiyormuş. Suni gübre ve tohum değişikliği sayesinde gerçekten iri patatesler yetişince herkesin yüzü gülmüş. "Ne oldu dersiniz," diye sordu uzman. "Ertesi yıl tarlanın sadece yarısına patatesleri ekmişler! Nasıl olsa aynı miktarı veriyor diye."

Şimdi siz ne düşündünüz? Saflıkları içinize mi dokundu? Yoksa "Öff, aptal herifler, kalkınma yardımımız boşa gidecek", mi dediniz?

Aklıma bir öykü daha geldi: Bir başka kalkınma uzmanı, otomobil tamircilerini eğitmek üzere Endonezya'ya gönderilmiş. Okuma yazma

bilmeyen ilkel insanlara her şeyi göstererek anlatmak için hazırlanmış mükemmel, öğretici filmler gösteriyormuş. Örneğin "fren": Filmde hızlı bir araba sürücüsü, ana yolda hızla ilerliyormuş. Birden yaşlıca bir adam, sağdan yola çıkıyor, şoför frene basıyor, fakat bir patırtı; ihtiyar yola yığılıyor. Kanlar akıyor ve adam ölüyor. Eğitimci zafer kazanmış gibi, çevresindekilere dönüp bakıyor. Artık herhalde fren tertibatının önemini kavramışlardır, diye düşünüyor.

Ne gezer! Yüzlerde bir umursamazlık ifadesi. Hepsi dönüp günlük işlerine gidiyorlar. Yaşlı adamın ölümü onları dehşete düşürmedi mi? Hayır. Zaten nasıl olsa bir gün ölecekti. Ama bu şekilde ölmesi? Belki bir daha dünyaya geldiği zaman, şimdi böyle öldüğüne memnun olacaktır. Nasılsa fark etmez.

Acımasız görünmüyor mu sizce de? Ölümden korkmak yok: Bu insanlık dışı bir şey değil mi? Biz ise kazaya uğrayan yaşlı insanlara acırız. Onların banyoda yalnız başlarına veya yaşamlarını uzatan araçlara bağlanıp, bekleyerek ölmeleri bize o kadar dokunmaz.

Şakayı bırakalım: Acaba onurlu bir ölüm anlayışı içinde olmak, bize ve yaşlılarımıza yaşarken yararlı olmaz mıydı? Tarlanın yarısına patates ekmek ne demek oluyor? Bu tembellik mi, bilgelik mi? Yığınlarla elma yetişecek diye, toprakları kimyasal gübrelerle bozmak yerine, ihtiyacı duyulduğu kadar ekip biçmek. Tabii, bu insanlar yalnızca kısa vadeli ve dar bir açıdan bakıldığında doğaya bizden daha bağımlı görünüyorlar. Çünkü bizim fazla üretim ve depolama yöntemlerimiz, havadan ve koşullardan bağımsız olduğumuzu hayal etmemize yarıyor. Fakat elde edilen sonuç ve zehirlenme gerçeği, doğanın, böyle paldır küldür üzerine gitmemize, uzun süre izin vermeyeceğini gösteriyor.

Başka toplumların düşüncelerini anlamaya çalışmanın acaba bize yararı olur mu? Birkaç tanesine bakalım mı?

Taşıma bohçası örneğin; çok basit ve öğrenince kolayca uygulanabilen bir yöntem: Taşlı yollarda yürümek, merdivenden inmek, çıkmak, dar kapılardan geçmek, pazar arabasını idare etmek açılarından ve çocuk için sağlıklı bir duruş; yerden yukarı değil, kuş bakışı bakınıyor ve huzur veren bir yakınlık duyuyor.

Şu da var: Yazı, bana gönderilen taşıma bohçasının tam ortasında: Daha iyi okunsun diye değil. Bu çocuğu doğru dürüst sarabilmesi için anneye bir işaret. Yazı -geometrik şekillere rağmen- sol, sağ ve yukarı, aşağı kısımları belli ediyor. Böylece kadın çocuğun poposunun daima nereye geleceğini biliyor, işte basit bir pamuklu kare kumaşın ardında bunca ince düşünce var. Yakınlarda üzerindeki *"Bora uno kuliko kitu"* yazısının bir çevirisini de yaptırdım: "İnsan olmak nesnel olmaktan iyidir", anlamına geliyormuş.

# Sonuç

Bu kitabı hazırlamak hoşuma gitti. Kendimiz, vücudumuz ve tiksinti anlayışımız konusunda ufkum genişledi. Çevremde, şaşırtıcı sonuçlar sağlayan, etkili tedaviler gördüm. Artık benim için kuşku kalmadı: "Bu hayat suyu"nda bir keramet olmalı. Ama bilimsel olarak bunu kanıtlayamam. Benim "emin olmam", çevremde sözlerine güvendiğim ve önce kuşkulu oldukları halde, olumlu sonuçlanan deneylerini bana bildiren insanlara olan güvencimden geliyor. Çoğu çocuklarla ilgili düşme yaraları, kesikler, çarpmalar, böcek ısırması, güneş yanığı, sivilce, zona, çıban, mantar, saçları sarartma, saç dökülmesi, yaşlılık lekelerinin yok edilmesi, ellerdeki kuruma ve çatlama, -özellikle etkili- boğaz iltihapları, diş ağrıları, temizlik, tohumların çimlendirilmesi gibi deneyimler... Bütün alınan sonuçları, konuşmalardan ve mektuplardan, siz de benim kadar biliyorsunuz. Bir hafta önce bana bir de başarılı bir guatr tedavisi bildirildi.

Özellikle şuna dikkat edilmesi gerektiğini öğrendim: İdrar tedavisi yapan insanların, sağlıklarına ve vücutlarına özellikle dikkat etmeleri çok iyi bakmaları gerekiyor (ama bu bizim toplumumuzda yazık ki pek sıradan bir iş değil). Böylece, örneğin mesanesinde bakteriyel iltihap olan birisi, kendi idrarı ile tedavi olmamalı. O zaman iltihap daha da kötü oluyor. (Bana böyle bir olay bildirildi.)

Sevindirici bir şey daha var: Kendi idrarıyla gerçekten tedaviye başlayanların hepsi, bu vücut salgısının hoş sıcaklığını ve taze kokusunu alarak, kendilerine ve çevrelerine bambaşka bir gözle bakmayı öğrendiler. Kendilerini daha güvenli hissediyorlar, bu çok etkili "ilaca, devamlı kendi içlerinde taşıdıkları eczane ürünü olarak çok dikkat ediyorlar. Bakın

Seehofers'in ekonomik önlemlerle tehdit ettiği, doktorların, idrar tedavisinin başarılan yüzünden, kazançlarını kaybetmekten korkmayacaklarını umarız. Doktorlarından saygı gören hastalar, teşekkür etmekle kalmıyor tedaviye yardımcı da oluyorlar. Böyle olaylar yaşayan doktorlar bunu kesin onaylıyorlar. Son olarak önemli bir ricam var: Bu kitaptan sonra oluşacak olan, "ortak kitabımız" için yazılarınızı esirgemeyin, isimli, isimsiz, yer bildirerek, rumuz kullanarak veya belirsiz, ama mutlaka yazın, iyi olsun, kötü olsun, başınızdan geçenlerin hepsini bildirin:

*Carmen Thomas verlaggessellschaft, Postfach, 50000 Köln I.*

Bir uyarı daha: İdrar tedavisini nasıl öğrendiğinizi yazarsanız en iyisini yapmış olursunuz. Bu kitaptan önce de biliyor muydunuz; sizi en çok etkileyen ne oldu; ne gibi girişimlerde bulundunuz; nasıl yaptınız; tedavi ne kadar sürdü; hangi idrarı, ne sıklıkta ve ne kadar kullandınız? İlk başarı ne zaman görüldü, ne zaman etkili olmadı; bu olay bütünü ile sizi nasıl etkiledi vs...

Bunların dışında, çevrenize bunu bildirmek size çok zor geldi mi, başkaları nasıl karşıladı? Çok merak ediyorum. Lütfen düşünün, mümkün olsa da bütün insanlar başlarından geçeni anlatsalar, nasıl önemli olurdu. Yeterince insan yazacaklarının önemini kavrasa ve utancını yenip yazsa, bu konuda çok geniş ve bağımsız bir araştırma başlatılabilirdi. O zaman binlerce yıl sonra, umulanlar, inanılanlar ve gerçekler belki artık sınanmış edilmiş etmenler olarak derlenebilirdi. Sizin de hoşunuza gitmez miydi bu? Ve kimbilir: Belki de o zaman "halis sidik" sözü bambaşka bir anlam kazanırdı.

Sizlere önceden teşekkür ederim.

***Carmen Thomas***